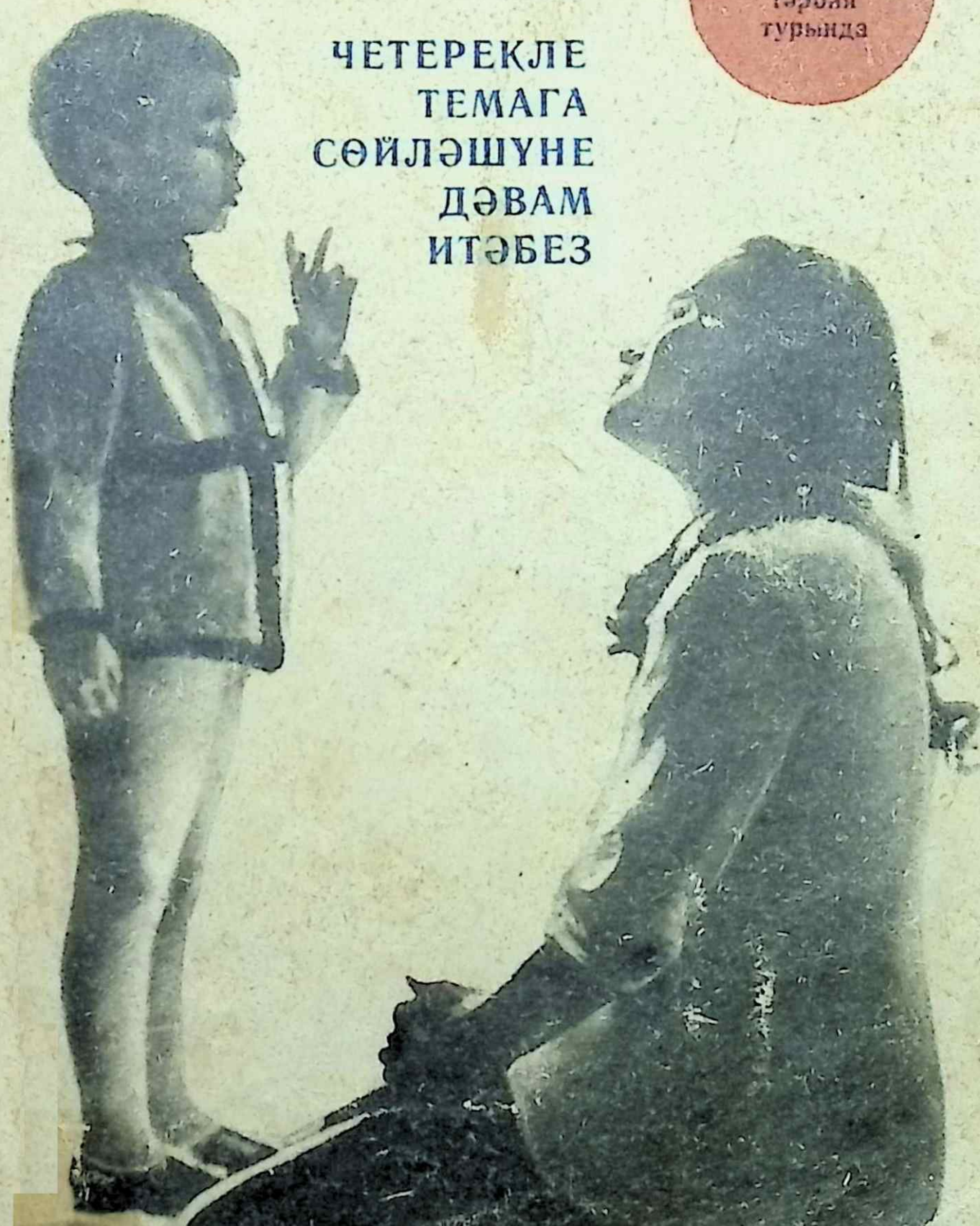
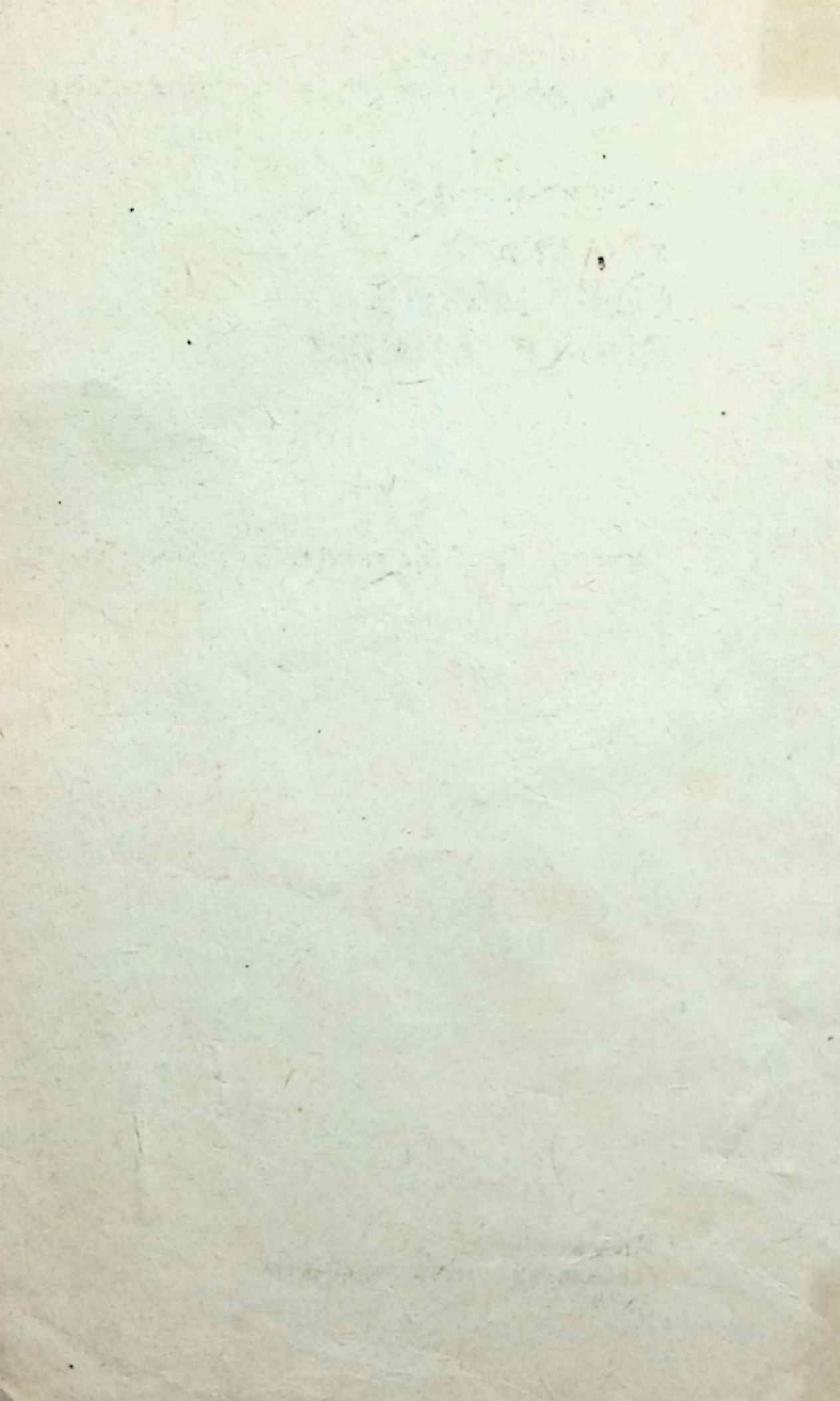


А. Г. ХРИПКОВА,
Л. А. БОГДАНОВИЧ,
А. Н. ШИБАЕВА

Ата-
аналарга
тәрбия
турында

ЧЕТЕРЕКЛЕ
ТЕМАГА
СӨЙЛӘШҮНЕ
ДӘВАМ
ИТӘБЕЗ





А. Г. ХРИЛКОВА,
Л. А. БОГДАНОВИЧ, А. Н. ШИБАЕВА

ЧЕТЕРЕКЛЕ
ТЕМАГА
СӨЙЛӘШҮНЕ
ДӘВАМ ИТӘБЕЗ

Русчадан М. И. Әхмәтгалиева тәржемәсе

Казан
Татарстан китап нәшрияты
1976

371, 011
X93

X93 Хринкова А. Г., Богданович Л. А., Шибаета А. Н.
Продолжим разговор на трудную тему. М., Педа-
гогика, 1973.

160 с.

Китап актуаль педагогик проблемага — балаларны женси яктан
тәрбияләу мәсьәләләренә багышлана.

Монда балаларны һәм яшүсмерләренә женси яктан тәрбияләу
мәсьәләләренә карата гигиена врачы һәм педагог киңәшләре, мето-
дик тәкъдимнәр бирелә.

Китап ата-аналарга атап чыгарыла. Укытучылар да, бу мәсьәлә-
ләр белән кызыксынучы укучылар да аннан файдалана ала.

X $\frac{60501-225}{M132(03)-76}$ БЗ—42—90—76

© Изд-во «Педагогика», 1973

© татарчага тәржемә, Татарстан китап нәшрияты, 1976

УКУЧЫЛАРГА

1970 нче елда «Педагогика» нәшрияты СССР Педагогика фәннәре академиясе вице-президенты А. Г. Хрипкованың «Четерекле темага сөйләшүне давам итәбез» дигән брошюрасын бастырып чыгарды.

Китап укучыларда зур кызыксыну уятты. Нәшриятка килгән хатлар яшь буынны жәнси яктан тәрбияләүгә кагылышлы катлаулы һәм бәхәсле мәсьәлэләр күп кешене кызыксындыруы хакында сөйли. Шуңа күрә нәшрият бу темага сөйләшүне давам итәргә булды.

Жәнси тәрбия — «рухи байлык, әхлакый сафлык һәм физик яктан камиллек сыйфатларын үзендә гармонияле берләштергән яңа кеше» тәрбияләүдә, ягъни коммунистик тәрбия мәсьәлэләренә катлаулы комплексында аерылмас бер өлеш ул.

Безнең бурыч — жәнси тәрбия мәсьәлэләренә кагылышлы сорауларны хәл итүдә ата-аналарга булышу. Тикшеренүләр һәм күзәтүләр ата-аналарга мондый төр әдәбиятның кирәклеген, аларның күбесе балалары белән бу четерекле темага сөйләшергә әзер түгеллеген күрсәтә.

Биредә А. Г. Хрипова китабының элекке басмасынан да кайбер материаллар файдаланылды, кеше үсешендә социаль һәм биологик факторлар, начар гадәتلәр һәм кирәкмәгән йолалар турында яңа бүлекләр өстәлдә, әхлакылык һәм әдәплелек тәрбияләү мәсьәлэләренә кагылышлы бүлекләр киңәйтелде.

Бу китапны язуда биология фәннәре докторы А. Г. Хрипова, медицина фәннәре докторы Л. А. Богданович, медицина фәннәре кандидаты А. Н. Шибеева иптәшләр катнашты.

табигате дә түгел, бәлки аның социаль сыйфаты тәшкил итә»¹.

Кешенен физик һәм рухи яктан формалашуы тормышның конкрет тарихи шартларына, ижтимагый төзелешкә, социаль стройга бәйле. Ижтимагый мөнәсәбәтләр жыелмасы буларак, кеше үзенен шәхси үсешендә барыннан да бигрәк ижтимагый мөнәсәбәтләргә, физик һәм акыл сәләте, мораль йөзе формалашуга йогынтысы зур булган шартларга бурычлы икәнен яхшы аңлый.

Марксизм ышандырырлык итеп исбатлаганча, кешене хайваннан аера торган сыйфатларның барысын да ижтимагый, социаль үсеш нәтижәсе дип карарга кирәк. Тик бу очракта «биологик башлангыч» юкка чыгамы соң?

Кешенен асылын ижтимагый мөнәсәбәтләр жыелмасы дип карасак, аның бары тик төр үзенчәлекләренә, нормаль шартларга ия булган тирәлектә генә камилләшә алуын да онытмыйк. «Теләсә нинди кешелек тарихының иң беренче алшарты — ул, әлбәттә, кешеләренен жанлы шәхес буларак яшәве»². Шушы фикерне дәвам иткәндәй, Ф. Энгельс: без «үзебезнен тәнебез, каныбыз, мибез белән табигатькә хасбыз һәм аның эчендә яшибез»³, ди.

Конкрет социаль шартлардан башка кешенен морфофизиологик төзелеше бары тереклек эшчәнлегенә генә сәләтле мөмкинлек тудыра. Тиешле социаль мохит булмаганда, аның гамәлгә ашмавы да ихтимал.

Кеше үсешенен катлаулы процессы биологик һәм социаль факторларның бердәмлегенә бәйле. Бу бердәмлек механик түгел, бәлки аерым психик функцияләргә карата да, баланың яшә ягыннан үсешендәге төрле дә-

¹ К. Маркс, Ф. Энгельс. Сочинения, т. 1, 242 бит.

² К. Маркс һәм Ф. Энгельс. Әсәрләр, т. 3, 19 бит.

³ К. Маркс, Ф. Энгельс. Сайланма әсәрләр, Казан, Татарстан Дәүләт изд-восы, 1949, ике томда, 2 нче том, 86 бит.

верлэргә карата да дифференциаль, динамикалы һәм үзгәрүчән катлаулы бердәмлек.

Шәхеснең табиғый һәм социаль факторлар тәэсирендәге пассив продукт кына булмавын аеруча басым ясап әйтергә кирәк. Кешенең табиғый үзенчәлекләре, бик мөһим булсалар да, шәхес үсешендә төп факторлар түгел. Кешедә аңа гына хас үзенчәлекле сыйфатларны булдыруда барыннан да бигрәк яшәү һәм тәрбия өчен уңайлы социаль шартлар кирәк.

Олыларга катнашмый үскән балаларны күзәтү очраklары мәгълүм. Мондый балалар (кайчакта аларны «маугли» дип йөртәләр) хайваннарға хас бик гади хәрәкәтләр белән генә җавап кайтаралар, аларның үз-үзләрен тотышында кешене хайваннан аера торган билгеләр юк.

Бу тагын бер мәртәбә кешенең шәхес буларак формалашуы һәм үсеше өчен социаль мохитның зарури шарт икәнен ышандырырлык итеп күрсәтә.

Әгәр нәселдән килгән сыйфатларның роле бик зур булса, аларның йогынтысы шәхеснең формалашуын алдан ук билгеләсә, ижтимагый мөнәсәбәтләрнең үзгәрүе бу үсешкә нинди дә булса җитди йогынты ясый алмас иде. Әмма без күрәбез: капитализм чорында изелеп, җәберләнеп яшәгән миллионнарча кешеләр социализм шартларында, ягъни ижтимагый мөнәсәбәтләр үзгәргәч һәм шуның җирлегендә кешеләрне яңа шартларда тәрбияләү һәм укыту мөмкинлегенә тугач, үзләренең бай ижади сәләтләрен һәм рухи байлыкларын ачу бәхетенә ирештеләр.

Бала туганда ук кеше заты буларак туа һәм табигате буенча социаль үсешкә сәләтле була.

Тагын да тулырак итеп әйтсәк, социаль факторлар кешенең морфологик һәм физиологик үзенчәлекләре формалашуга йогынты ясый ала. Мәсәлән, социаль-экономик шартларның үсеше һәм профилактик чараларның артуы, диагностиканың яхшыруы СССРда йогышлы

авыруларның кимүенә, халыкның гомере, уртача алганда, озынаюга китергәннен искә төшерү дә җитә.

Табигате буенча кеше — иҗтимагый зат, һәм бары җәмгыятьтә генә аның чын табигате ачыла. Җәмгыятьтән тыш кеше дә юк. Аның ихтыяҗы, омтылышы, хисләре, һәвәслеге билгеле бер социаль һәм тарихи шартларга, иҗтимагый, әхлак принциплары һәм нормаларына бәйле рәвештә үсә һәм канәгатьләнделә.

Димәк, шәхеснең асылы үзенә табигате белән социаль, кеше шәхесе үсешенә, аның аңының, иҗади активлыгы һәм шәхси үзенчәлектәренә чыганаclarы җәмгыятьтә генә табыла. Шәхеснең формалашуы һәм үсеш процессы — кешенең социаль тәҗрибәне үзләштерү процессы ул.

Үзенә чын кешелек сыйфатларын бала кешеләр белән аралашу процессында булдыра. Иҗтимагый тәҗрибә туплау шәхеснең сыйфатлары формалашуга китерә. Иҗтимагый тәҗрибәне үзләштерүдә баланың үз эшчәнлегенә, активлыгы, кешеләр арасында мөнәсәбәт урнаштыра алу сәләте хәлиткеч роль уйный.

Билгеле бер максатны күздә тотып, оешкан һәм системалы рәвештә алып барылган тәрбия баланың үсеш процессында бик зур әһәмияткә ия.

Белем алу һәм тәрбия процессында кеше үзенә кадәр яшәгән миллионлаган кеше тәҗрибәсенә таяна. Кешелекнең бу гомумиләштерелгән тәҗрибәсен шәхес үсеш процессында, җәмгыять тормышында яшәү, эшләү дәверендә, мохит һәм тәрбиячеләрнең йогынтысы нәтиҗәсендә үзләштерә.

Тәрбия нәтиҗәле булып чыксын өчен, фәнни нигезләнгән педагогик тәсир итү генә җитми, бәлки тәрбияләнүчеләрнең үзләренә дә актив эшчәнлегенә кирәк.

Балаларның үз көчләре, ихтыяҗлары, кызыксынулары хәрәкәткә китерелгәндә генә, тәрбия үзенә куйган максатына ирешә.

«Тәрбиянең төп вазифасы шунда да инде,— дип билгеләп үтә С. Л. Рубинштейн,— кешене тормышка меңләгән жеп белән шулкадәр тыгыз беркетергә кирәк ки, аның алдына һәр яктан килеп баскан мәһим, зарури бурычларны ул үзенеке дә итеп санасын, аларны хәл итүгә үзе дә катнаша торган булсын. Бу барыннан да элек шуңа әһәмиятле, чөнки әхлакый кимчелекләрнең, кешенең үз-үзен тотышындагы житешсез якларның чыганагы — рухи ярлылык; ә рухи ярлылык үзләре яшәгән тормышка гамьсез караган, үзләрен читтән торып күзәтүчеләр генә итеп санаган, бар нәрсәгә дә кул селтәргә генә торган кешеләрдә була. Ул чакта алар бар нәрсәгә дә төкереп кенә карыйлар»¹.

Мохит баланың житлегүендә шарт хезмәтен дә үти, үсеш чыганагы да булып тора. Баланың теле ачылсын өчен, аның тирә-ягындагы кешеләрнең сөйләшүе — бик әһәмиятле фактор. Бала тумыштан ук чукрак булса яисә кечкенә чакта чукракланса, ул үз тирәсендәге кешеләрнең сөйләшүен ишетә алмый. Нәтижәдә, сөйләм органнары зарарланмаган булса да, баланың теле махсус өйрәтүсез ачылмый. Сөйләмне үстерүдә төп чыганак булган тирәлек бу очракта чынлыкта юк дигән сүз була.

Һичсүзсез, кешенең үзенчәлекле биологик сыйфатлары социаль мохитка, ижтимагый мөнәсәбәтләргә нигезләнә. Шунның белән бергә, без кешенең социаль тормышында шактый зур роль уйнаган биологик сыйфатларын да инкаръ итә алмыйбыз.

«Кеше — турыдан-туры *табигый зат* ул. Табигый зат, шунның белән бергә жанлы табигый зат буларак, ... табигатьнең *эшлекле* заты буларак, ул *табигый көчкә, яшәү көченә* ия; бу көчләр аңарда сәләтлелек билгеләре һәм сәләт, *омтылыш* буларак яши»².

¹ С. Л. Рубинштейн. Принципы и пути развития психологии. М., Изд-во АН СССР, 1959, 140—141 битләр.

² К. Маркс һәм Ф. Энгельс. Из ранних произведений. М., Госполитиздат, 1956, 631 бит.

Биологик, органик шартлар әһәмиятле генә булып калмыйлар, ә бәлки кешенең рухи үсеше өчен ифрат зарурлар. Кешегә генә хас үзенчәлекле сыйфатлар тәрбияләү өчен, кеше булып туарга, кеше мие булган зат иясе булырга кирәк; биологик төзелешнең билгеле бер дәрәжәдә булуы зарур.

Тәрбия һәм укытуның яхшырак методларын табу өчен, баланың тумыштан килгән табигатен исәпкә алырга кирәк.

Педагогиканың биология белән исәпләшмичә эш итүе бик мөһим педагогик проблемаларны, мәсәлән, нәселдәнлек, мохит һәм тәрбия, сәләт һәм сәләтлелек билгеләре, шәхси үзенчәлекләр кебек проблемаларны аңлатуда схоластикага китерде.

Хәзерге заман генетикасы, мохитның чиксез зур әһәмиятенә басым ясау белән бергә, организмның үсешенә нәселдәнлек факторларының да йогынтысы булу хакында бик күп фактик материал туплады.

Социаль мохит һәм тәрбиянең нәтижәсе аның нәрсәгә, ягъни организмның табигый, шул исәптән нәселдән килгән үзенчәлекләренә йогынты ясавына бәйле. Шәхеснең формалашу процессын уңышлы үткәрү өчен, ул үзенчәлекләргә әйбәт белергә кирәк.

АКСЕЛЕРАЦИЯ

XIX гасырның соңгы чирегендә һәм XX гасыр башларында күп илләрдә кешеләрнең физик яктан шактый тиз житлегүләре күренә башлый. Балаларның тиз үсүләре турында беренче мәгълүматлар матбугатта 1876 нчы елда чыга. Үсешнең тизлеген күрсәткән бу катлаулы күренешләр комплексын 1935 нче елда Е. Кох акселерация дип атый (акселерация — латин сүзе, *accelerare* — тизләтергә дигән сүз).

Галимнәр акселерация төшенчәсенә башлыча балаларның һәм яшүсмерләрнең физик яктан тиз житлегүләрен кертәләр.

Кешенен бую, авырлыгы, күкрәк читлегә әйләнәсенең зурлыгы физик яктан житлегүнен иң әһәмиятле билгеләре итеп карала. Организмның морфологик үзенчәлекләре аның эшчәнлегә белән тыгыз бәйләнгән булганга, кайбер авторлар физик яктан житлегүнен билгеләре итеп үпкәләрнең сулыш алу сәләтен, аерым мускулларның көчен һ. б. санылар. С. М. Громбах, мәсәлән, акселерация дигән төшенчәгә скелетларның (аерым алганда, кул чугының) ныгып житү дәрәжәсен, беренче тешләр чыгуны һәм аларның алмашынуын, үз яшьләренә ярашлы рәвештә җенси яктан өглерүне саны. Кайбер галимнәр гәүдә пропорциясен дә житди билгегә кертәләр.

Хәзер бу төшенчә шулкадәр киңәйде ки, хәтта аңа бала һәм яшүсмерләрнең физик яктан тиз үсешен генә түгел, бәлки аларның психик акселерациясен дә, хатынкызларда климакстың шактый соң башлануын һәм кеше гомеренен озынаюын да һ. б. кертә башладылар.

Шуңа бәйләп хәзер шактый киң таралган төшенчә — секуляр тренд (гасыр тенденциясе) төшенчәсен еш файдаланалар. Чама белән бер гасыр дәвамындагы күзәтүләрдән дә күренгәнчә, карында чактан алып олы кеше булып житкәнчә үткән вакыт эчендә бөтен организмның үсеше тизләшә баруы да шуны аңлата.

Чыннан да, кешенен буйга тиз үсүен ана карынындагы үсеш стадиясеннән үк күрергә була. В. Ленц мәгълүматлары буенча, соңгы берничә ун елда яңа туган баланың авырлыгы, моннан 100 еллар элек булганга караганда, 100—133 г га артыграк.

ГДРда 1958—1960 нчы елларда яңа туган ир балаларның бую 52,19 см, кызларның бую 51,46 см булган. Бу саннар 1948 нче елны туган кыз һәм ир балаларның буйларыннан уртача 1,3 см га (ә кайбер мәгълүматлар буенча — 2,5 см га) артык. Гәүдә зурлыгындагы үзгәреш күкрәк балаларында да күзәтелә.

Мәскәү шәһәрендә үткәрелгән күзәтүләрдән күренгәнчә, 1937—1938 нче елдан 1956 нчы елга кадәр чор

эчендә 6 айлык балаларның бие 1,5 см га озынрак һәм авырлыгы 500 г га артыграк, ә 1 яшьтә 2 см га озынрак, 925 г га авыррак булган; 1 яшьлек балаларның күкрәк читлегә әйләнәсе 2 см га, баш капкачы әйләнәсе 1 см га арткан. Хәзерге көндә баланың туган чактагы авырлыгы ике тапкыр арту бер ай элгәрәк була. Бер яшьлек балалар, моннан 50—75 еллар элек булганга караганда, уртача 5 см га озынрак һәм 1,5—2 кг га авыррак. Күкрәк балаларының сөт тешләре аналарының тешләре чыккан вакыттан иртәрәк күренә. Сөт тешләрен алмаштыручы даими тешләр бер елга алданрак чыга. Ясле һәм мәктәпкәчә яшьтәге балаларда да акселерация бик ачык күренә.

Мәскәүдә 1938—1939 нчы елларда 7 яшьлек малайларның буйлары 1901—1905 нче еллардагы үз яшьтәшләренә буеннан 7,4 см га озынрак булса, 1958—1959 нчы елларда бу тагын 1,6 см га арткан. Моңа охшаш закончалык гәүдә авырлыгында да, күкрәк читлегә әйләнәсендә дә күзәтелә.

Югары класс укучыларында акселерация темплары аеруча ачык сизелә. 1885 нче елдан 1956 нчы елга кадәр мәктәп балаларын тикшерү нәтижәләренә караганда, кыз балаларның буйлары 7—8 см га, ир балаларның буйлары 13—14 см га, кызларның авырлыгы — 2, малайларның 6 кг га арткан.

Соңгы 10—15 ел эчендә Ленинград өлкәсендә 16—18 яшьлек үсмер егет һәм кызларның буйлары (егетләрдә 9—13 см га, кызларда 3—5 см га), авырлыклары (4—10 һәм 4—7 кг га) һәм күкрәк читлегә әйләнәсенә (8—13 һәм 6—8 см га) уртача күрсәткечләре шактый артуы билгеле.

Акселерация олы кешеләрдә гәүдә зурлыкларының үзгәрүендә дә күзәтелә. Мәсәлән, 1926 нчы елда Мәскәүдә яшәгән ир кешеләрнең буйлары уртача 168 см, авырлыклары 62,3 кг булса, 1963 нче елга инде Мәскәү

кешесенен бую, уртача алганда, 171,8 см га, авырлыгы 71,8 кг га житте.

Физик үсешнен тизләнә баруы белән бергә, женсияктан өлгерү сроклары да үзгәрде. Ленинград мәктәпләрендә укучы кызларнын беренче күремнәре (менструацияләре) 1959 нчы елда 12 яшь тә 11 айдан башланса, 1927—1930 нчы елларда ул 14 яшь тә 2 айдан башлана торган булган (аерма 1 ел да 3 ай). Хәзерге көндә исә женсия житлегү, уртача алганда, 2 елга иртәрәк башлана.

Хатын-кызлар тормышында күрем циклының торышы һәм үзгәреше хакында төрле илләрдән жыйналган фәнни мәгълүматларга караганда, женсия яктан шактый иртә өлгерү күремнен бик иртә тукталуына китерми. Хәзер, киресенчә, бала тудыру чорының озынаюуы күзәтелә. Менә шуңа күрә дә организмның гомуми активлыгы, эшкә сәләте шактый озак вакытларга кадәр саклана.

Галимнәрнен күпчелеге морфологик акселерация психик акселерация белән параллель бара дип санаса, икенчеләре исә балаларның психикасы физик үсештән артка кала дип исәпли. Кызганычка каршы, психик акселерациянен торышы хакында бердәм һәм ачык карашлар әлегә юк.

Шунсы бәхәссез: хәзерге заман балалары, моннан 50—100 еллар элек яшәгән яшьтәшләренә караганда, интеллект буларак шактый алга киткән.

Акселерациянен килеп чыгу сәбәпләре турында күп төрле караш яши.

Капиталистик илләрдә мул тормышлы семьяда яшәүчеләрнен физик үсеше авыр тормышта яшәүчеләрнекенә караганда югарырак икәне мәгълүм. Мәсәлән, Канада, АКШ һәм Англиядә, 1940 нчы елгы мәгълүматларга караганда, төрле социаль төркемнәр арасындагы аерма буй озынлыгында 3 см чамасы, ә авырлыкта 3—4 фунт

туры килә. Халыкның аеруча мул яшәүче катлавы женси яктан шактый иртә өлгәрә.

Немец галиме Винтер 1920—1923 һәм 1956 нчы елларда заводлардагы өйрәнчекләрнең һәм урта мәктәп укучыларының буге һәм авырлыгы хакында чагыштырмача мәгълүматлар китерә. 20 нче елларда бу аермалар бик ачык күренә. Илдәге социалистик үзгәртеп корулар нәтижәсендә 1956 нчы елга ГДРда бу группаларның физик яктан үсеш күрсәткечләре арасында аерма бөтенләй юк диярлек.

Мәскәү өлкәсенең Глухово поселогында балалар һәм яшүсмерләргә күзәтү буенча моннан 80 еллар элек рус гигиенисты Эрисман тарафыннан башланган һәм совет чоры галимнәргә дәвам иткән тикшеренүләрдән күренгәнчә, бу поселокта балаларның физик яктан үсеше шактый яхшырган. 1880 нче елны 15 яшьлек малайның буге уртача 141 см, 1927 нче елда 151 см булса, 1962 нче елда инде ул 162 см га житкән. Женси яктан житлегү дә тиз бара, буйга үсүдән туктау срогы да кими.

СССРда балаларның иртә житлегүен чагылдырган күрсәткечләрнең арта баруы да кешенең физик яктан үсеше безнең жәмгыятьтәге тормыш шартларының туктаусыз яхшыруы белән тыгыз бәйләнгән булуын ышандырырлык итеп раслый.

А. Зельцлер фикеренчә, акселерация күренеше, биологик яктан да, социаль күзлектән караганда да, халыкның тормыш шартлары яхшыруга бәйле.

Акселерацияне стимуллаштыра торган сәбәпләр комплексы булуы да бик ихтимал. Аксымга һәм витаминнарга бай ризык, йогышлы эчәк авыруларының кимүе, саф һавада озаграк булу һәм әйбәтләп ял итүгә мөмкинлекләр тудырылу һәм башкалар моңа керә. Галимнәрнең кайберсе кояш нурларының радиациясен буйга үсүне тизләтә торган чыганак дип саный.

Безнең тәнебез аша берөзлексез үтеп торган радиодулкыннарны, климатның үзгәрүен, тормыш агышының

тизлеген, электр утларының күплеген, транспорт чараларының төрлелеген, урбанизацияне (шәһәрләштерүне), радионың, кино, телевидениенен тәэсирен дә акселерациянен килеп чыгу сәбәпләренә кертәләр. Европа, Америка һәм Азиянен экономик яктан алга киткән илләрендә техника прогрессы халыкның зур шәһәрләргә туплануына китерде. Транспортның һәм элемтә чараларының үсүе ерак араларны «якынайта». Халыкның миграциясе артты. Өйләнешүнен географиясе киңәйде, генетик яктан чикләү юкка чыгарыла, бу исә нәселдәнлекне үзгәртүгә уңай шартлар тудыра. Галимнәр боларның барысын да акселерациянен килеп чыгу сәбәпләре дип саныйлар.

СССР Педагогия фәннәре академиясенен гомуми тәрбия проблемаларын фәнни-тикшеренү институтында женси тәрбия проблемаларын тикшерүче лаборатория, СССР Педагогия фәннәре академиясенен балалар һәм яшүсмерләр физиологиясен фәнни-тикшеренү институты белән бергәләп, Мәскәүнен балалар бакчаларында һәм 72 нче номерлы интернат-мәктәптә тәрбияләнүче балаларның һәм яшүсмерләрнен физиологик һәм психологик үзенчәлекләрен һәрьяклап тикшерү уздырдылар. Психологик яктан тикшерү өчен, махсус тестлар¹ кулланылган, индивидуаль һәм коллектив әңгәмәләр уздырылган.

Мәктәпкәчә яшьтәге балалар учреждениеләрендә, махсус әзерләнгән анкеталар кулланып, ата-аналардан мәгълүматлар жыйелган. Бала үсешенен «социаль тарихын» исәпкә алып, семьяда тәрбия шартлары өйрәнелгән. Тикшеренүләр, Д. Б. Эльконинның киңәшләренә таянып, аның сүзләре белән әйткәндә, женси яктан житлегү процессы барган бөтен үсеш чоры дәвамында яшүсмерләргә «клиник», ягъни системалы төстә, бик жөн-

¹ Кара: В. С. Гуськов, И. Ф. Мягков. Психологический эксперимент. М., «Изд-во бюро треста медучпособий», 1966.

текләп өйрәнү, «аларның тәртипләрен, эшчәнлекләрен һәм тормышның барлык өлкәләрендәге мөнәсәбәтләрен теркәп бару юлы белән» үткәрелгән.

Женси хроматинны билгеләү методы белән женси яктан житлегү дәрәжәсе өйрәнелгән.

3 яшьлек 200 ир бала арасында акселерация билгеләре 92 балада табылган. Акселерация билгеләре булган ир малайларның буе мондый билгеләр булмаган малайларның буеннан 11—12 см га озынрак (97—98—85—87 см). Авырлыкларында да шундый ук аерма күзәтелә. Акселерация билгеләре булган ир балаларның авырлыгы 14 кг 700 г — 15 кг 500 г булса, 3 яшьлек гадәти малайларның авырлыгы 10 кг 600 г — 11 кг 500 г булган. Мондый закончалык Мәскәүнен V—VI класс малайлары арасында да күзәтелгән.

Моннан тыш, яшь аермаларына карап, балаларның еллап һәм айлап, женси яктан житлегү дәрәжәсе аларның буйлары, авырлыклары женси житлегү билгеләренен булу-булмавы белән чагыштырылды. Мәктәп балаларының женси яктан житлегү дәрәжәсе мәктәп врачлары кабул иткән махсус формула буенча билгеләнде.

Тикшеренүләр кызлар белән малайларның женси яктан житлегүләре арасында аерма булуын күрсәтте. Бишенче класста укучы кызларда женси яктан тулысынча житлегү — 17,8%, ә беренче дәрәжәдә житлегү — 51,1% ында, житлегүнен нуль дәрәжәсе, ягъни икенчел женси билгеләрнен булмавы, 31% ында күзәтелде.

Бишенче класс малайларын тикшереп карагач, аларның 2% ында гына женси яктан житлегүнен беренче дәрәжәсе күзәтелде. Моңа малайларның буйлары һәм авырлыклары туры килде.

Үсмер кызларның буе 137 см дан 163 см га кадәр, малайларның буе 135 см дан 157 см га кадәр була. Критерелгән саннар кызларның буйга тизрәк үсүләрен күрсәтә.

Физик яктан житлегү белән бергә, кызларның 9 яшь тә 10 айдан, 11 яшь тә 6 айдан, 11 яшь тә 8 айдан, 11 яшь тә 9 айдан, 11 яшь тә 11 айдан, 12 яшь тә 2 айдан, 12 яшь тә 10 айдан (аеруча еш 11 яшь тә 9 айдан) күрем күрә башлаулары хакында да мәгълүматлар бар.

Акселерация билгеләре булган, женси яктан иртә өлгергән балаларда физиологик функцияләр белән нерв һәм йөрәк-кан тамырлары системалары эшчәнлегә арасында үзара ярашмаучанлык күренеше күзәтелде. Вегетатив нерв системасының күп функцияләре бозылуы билгеләп үтелде. Боларга йөрәк тибешенен артуы, баш әйләнү, тын кысылу, һуштан язулар, тән тиресенен кычытуы, аяк-кулларның суынуы, төрле тавыш, исләргә артык сизгер булу, шулай ук хәтер һәм йокының начараюы, бик каты ашыйсы килү һәм хәтта вакыты-вакыты белән тән температурасының берәз күтәрелүе һ. б. керә.

Бу тикшеренү балаларны яшьләре ягыннан, бигрәк тә женси житлегү вакытында, чорларга бүлү чикләре үзгәртелергә һәм, женси житлегүне билгеләгәндә, акселерация күренеше исәпкә алынырга тиешлеген күрсәтә.

Акселерацияне тудырган сәбәпләр, физик, функциональ һәм психик яктан житлегү темплары хакында кайбер бәхәсле урыннар булуга карамастан, шунсы ачык—акселерациягә, элеккегә караганда, күбрәк игътибар итәргә кирәк.

**БАЛАЛАРНЫҢ
ЖЕНСИ
ЖИТЛЕГҮЕНДӨ
БИОЛОГИК
ҺӘМ СОЦИАЛЬ
ФАКТОРЛАР**



И. И. Мечников кеше тормышында өч чорны билгеләп үтә: женси житлегү, гомуми житлегү һәм никахлашуга яраклы житлегү.

Үсмер егет һәм кызларнын женси житлегүләре арасында төп каршылык — женси житлегү белән гражданлык житлегүе арасында күп вакыт үтүдә һәм тагын да зуррак каршылык — кешенең женси житлегүе белән экономик яктан мөстәкыйльлеге арасындагы вакытның тагын да зуррак булуында. Женси яктан кыз бала — 14—15 яшьләрдә, ә ир балаларның күбесе 16—17 яшьләрдә өлгереп житә.

Женси житлегү, женси инстинкт бу яшьтә әле социаль яктан өлгерү белән ярашмый, ягъни егетләр һәм кызлар бурыч, намус, социаль җаваплылык төшенчәләренә, белгечлек алу, хезмәт итү һәм семья коруга әзер булу кебек мәсьәләләргә аек акыл белән карар чорга килеп житмәгәннәр дигән сүз.

Кешенең женси житлегүе белән социаль яктан житлегү чорына керүе арасындагы вакытның арта бару факты, мөгаен, индустриаль яктан үскән барлык илләргә дә хастыр.

Күп санлы медицина-статистика тикшеренүүлөрөннән күренгәнчә, хәзерге заманда яшүсмерләрнең женси яктан житлегүләре узган гасырдагыга караганда шактый иртә, уртача 2—3 елга элегрәк була.

Бу уңай белән чит илләрдә медицина өлкәсендәге кайбер эшлеклеләр женси физиологик теләкләрне шактый иртә канәгатьләндерә башлау кирәклеген алга сөрәләр. Икенчеләре исә яшьләрне женси яктан «ачыктан-ачык һәм икейөзләнмичә» тәрбияләү ягында тора һәм женси мәсьәләләргә тулы ирек бирүне тәкъдим итә. Никахка кадәр тугрылык саклауны хорафатка, ә инде кызлыгыңны саклау дигән төшенчәне искергән карашка саный.

Женси мәсьәләгә кагылышлы дөнья әдәбияты белән танышудан күренгәнчә, соңгы елларда врачларның, укытучы, социолог һәм психологларның тикшеренүләре күбрәк женси тәрбия проблемасына юнәлтелә. Чөнки капиталистик илләрдә яшьләрнең женси мөнәсәбәткә бик иртә керүләре һәм авырга калулар, абортларның артуы, бала тудыруның кимүе, венерик авыруларның, алкоголизм, наркоманиянең проценты үсү һәм семья төшенчәсен юкка чыгару кебек күренешләр бу мәсьәләне куярга мәжбүр итә. Мондый күренешләрнең артуына порнографик әдәбият, женси хискә бирелүне (эротик) күрсәткән кинофильм һәм телевизион тапшыруларының күбәюе, бигрәк тә «бердәнбер женси мораль — ирекле мәхәббәт» дигән буржуаз теория «эпидемиясенә» гуктаусыз үсә баруы да булыша. Бу теориянең максаты — һәр ике женес вәкилләре өчен женси яктан ирек булдыру.

Бу теориядә мәхәббәтнең этик-эстетик эчтәлегә кире кагыла, һәр ике женеснең женси яктан гына канәгатьләнүенә, ә семья һәм балалар өчен җәмгыять каршында җаваплылык сизмәүгә кайтып кала.

Әле чын мәгънәсендә житлекмәгән, организмның үсеш процессы төгәлләнмәгән, өстәвенә тәэсиргә тиз би-

релү, «тормыш үрнәкләренә» тәнкыйтьсез генә иярү, аеруча женси якынлык һәм хисләргә карата мөстәкыйль булырга омтылу кебек сензитивлык күренешләре дә хас булган яшүсмерләр һәм яшьләрене бу бигрәк тә читен хәлгә куя.

Буржуаз пропаганда «бердәнбер женси мораль—ирекле мәхәббәт» идеяләрен буржуаз дөньядан читтә дә тарату өчен бар көчен куя. Социалистик система илләренә карата буржуазиянең идеологик диверсиясе совет яшьләреннән әлегә зарарлы йогынтыларга каршы торырлык ныклы мораль иммунитет булдыруны таләп итә.

Хәзер күп кенә капиталистик дәүләتلәрдә, мәсәлән Скандинавия илләрендә, Франциядә, женси тәрбия мәсьәләсен женси хисләренә азат итү планында карыйлар. Бу исә күңелсез нәтижәләргә китерә.

Женси хисне көчәйтүгә багышланган әдәбият белән китап базарларын тутыру, яшүсмерләр арасында фахшәлекнең үсүе, венерик авыруларның, жинаять кылуларның артуы — болар барысы да врачларның, социолог һәм педагогларның житди игътибарын һәм бу эшкә ныклап алынуларын таләп итте.

Социолог Торин Парижда һәм Марсельдә ике женестән булган тәртип бозучы яшьләренң 50 сенә женси мөнәсәбәткә бик иртә керүләренең сәбәбен сорап мөрәжәгать иткән һәм алардан: «Безнең яшътә барысы да шулай эшли»,— дигән жавап алган. Монлюсонда «кара күлмәклеләр» бандасы башлыгы 15 яшьлек Марина С. үзенең, «чиратлап», бөтен банданың сөяркәсе булганын һәм моны Чикагоның жинаятьчел яшьләре турындагы роман героинясы Дэзи Милнерга ияреп эшләгәнлеген әйтә.

Париж урамнарының берсендә, азынган бозык яшьләр жыелган жирдә, жыйнаулашып бер кызны көчләүләре хакындагы мәкалә совет матбугатында да басылып чыккан иде. Полиция бөтенләй катнашмаган. «Берниш-

ләр хэл юк, яшьлектә котырып калырга кирәк», — дигән карашта торган. Катнашмау тенденциясе махсус әдәбият һәм кинофильмнарда да чагылыш таба.

«Ирекле мәхәббәт» теориясен яклаучылар Франциядә торган саен күбәя.

Хәзерге көндә Даниядә порнография тыелмый.

Скандинавия илләре буржуазиясе, порнография тыелмый башлагач, «зарарлы» порнография кимер, бетәр яисә ул кешене тәрбияләү өчен «файдалы» порнография белән алмашыныр дип өметлängән иде.

Тик «сексуальлектән котылу» барып чыкмады. Китап базарлары күрсәтмә сексуаль тәкъдимнәр һәм «чаралар», порнографик откриткалар, «Мәхәббәт әлифбалары» белән тулды.

Күп төрле рәсемнәр белән чыгарыла торган кыйбатлы журналларның барысында да сексның бөтен төрләре, хәтта мазохизм, садизм һ. б. кебек патологик күренешләр тулып ята дисәк тә ялгыш булмас. Шул ук вакытта властьлар, яшүсмерләрнең барысын да күрергә, ишетергә һәм белергә омтылышларын табигый дип санылар һәм, аңа каршы килмәскә кирәк, дигән карашта торалар.

Даниядә хәтта хатыннарынның һәм ирләрнең уртаклык принцибына нигезлängән группалы өйләнешүдән гыйбарәт булган үзенә бер агым барлыкка килә. Бу мәсьәлеләр белән шөгыльләнүче оешмалар балаларны һәм яшүсмерләрне тәрбияләүгә комачаулый торган бу күренеш белән көрәштә уңай нәтижеләргә ирешә алмыйлар.

К. Аукен китергән мәгълүматларга караганда, Скандинавиядә иргә чыккан 183 хатын-кызның нибары дүртесе генә, кияүгә чыкканчы, женси мөнәсәбәттә булмаган.

АКШта женси (секс) мәсьәләләрне яктырткан китаплар күп басылып чыгып тора. Алар, нигездә, «женси ирекне» яклайлар яисә аны Америка чынбарлыгының котылгысыз күренеше дип исәплиләр.

АКШта сексның, бүтән буржуаз илләрдәге кебек үк, табышлы тармак кына булмыйча, «зур бизнес» икәне беркем өчен дә сер түгел. Женси тәрбия һәм информация буенча АКШта төзелгән Совет та бу күренешкә каршы көрәштә көчсез булып кала.

Жыеп кына әйткәндә, капиталистик илләрдә женси тәрбия әхлакый тәрбия мәсьәләсеннән аерым хәл ителә.

Советлар Союзында женси тәрбия гомуми әхлакый тәрбия системасыннан аерылмый. В. И. Ленин кул куйган беренче декретларда ук инде үсеп килә торган яшь буынга зур игътибар таләп ителде, Коммунистлар партиясе һәм Совет хөкүмәте балалар һәм яшүсмерләр турында нык кайгыртучанлык күрсәтте.

«Мондый әхлак,— диде В. И. Ленин,— иске жәмгыятьне — эксплуататорлар жәмгыятен жимерүгә һәм барлык хезмәт ияләрен яңа жәмгыять — коммунистлар жәмгыяте төзүче пролетариат тирәсенә берләштерүгә хезмәт итә торган нәрсә, дибез»¹.

Социалистик дәүләтебезнең тарихи үсеше барышында коммунистик әхлак ныгыды, бу процесста коммунизм төзүченең яңа әхлакый сыйфатлары чыныкты, югары идеялелек, принципиальлек, Туган илгә бирелгәнлек сыйфатлары белән бергә, ир белән хатын, егет белән кыз арасындагы мөнәсәбәтләргә билгеләүче яңа әхлакый сыйфатлар да формалашты.

Советлар Союзында, аеруча соңгы елларда, женси тәрбия мәсьәләләренә шактый әһәмият бирелә. «Семья и школа», «Огонек», «Здоровье» кебек популяр журнал битләрендә мәкаләләр һәм теоретик яктан эшлängән тәкъдимнәр даими бастырылып килә.

Фәнни-тикшеренү һәм координация эшләре СССР Педагогика фәннәре академиясе каршындагы Женси тәрбия мәсьәләләре лабораториясендә алып барыла; бу

¹ В. И. Ленин. Әсәрләр, дүртенче басмадан тәржемә, 31 т., 290 бит.

лаборатория СССР Педагогика фәннәре академиясенең гомуми тәрбия мәсьәләләре буенча фәнни-тикшеренү институтларының секторлары һәм лабораторияләре составына керә.

Женси тәрбия мәсьәләләрен һәрьяклап эшкәртүдә бу институтның мәктәп, семья һәм жәмәгатьчелекнең үзара ярдәмләшү секторы да катнаша.

Женси тәрбия — бик катлаулы һәм четерекле мәсьәлә ул.

Женескә кагылышлы мәсьәләләргә белмәүләре һәм әзерлексез булулары аркасында, яшүсмерләргә женси житлегү чоры еш кына авыр кичерешләр белән уза. Бу исә ата-аналарның, педагог һәм врачларның бар игътибары баланың акыл һәм физик яктан үсешен генә күздә тотудан килеп чыга. Яшүсмерләрдә, үсмер егет һәм кызларда женси мәсьәләгә карата кызыксыну тугач, иң беренче булып ярдәмгә килергә тиешле кешеләр (ата-аналар, педагоглар, врачлар), яшьләргә дулкынландырган сорауларга дәрәҗәсәз җавап бирә алмагандыктан, күп вакыт бөтенләй читтә калалар.

Кызганычка каршы, бездә әле яшь буынны борчыган һәм аны шуңа әзерләргә кирәк булган бу табигый хәлгә яшерергә тырышалар, мещаннарча инсафлылык карашларынан чыгып, әлегә темага сөйләшүне «әдәпсезлек» дип саныйлар.

Женси мәсьәләдә хәбәрдар булмау балалык карашларының сафлыгын саклай дип уйлау көлке булып иде. В. Г. Белинский ук әле: «Бездә гадәттә әхлакый сафлык сабийларча берни дә белмәүдән тора дип уйлыйлар: бу ялгыш фикер.

Берни белмәү инсафлылык булса, хайваннар барысы да иң-иң инсафлы жаннар булырлар иде. Кыз кешенең инсафлылыгы аның сабийларча берни белмәвендә түгел, бәлки аны белеп, сафлыгын, намусын саклавында», — дип язды.

Билгеле булганча, дөнъяда иң чукрак кеше — иштергә, белергә теләмәгән кеше. Женси мәсьәләдә бу еш очрый. Балаларның «изге сафлыгы» юкка чыгудан куркып, кешеләр бу хакта сөйләшүдән тыелалар.

Кайбер «теоретиклар», женси мәсьәләгә кагылышлы сорауларга махсус тукталырга ярамый, фрейдизмга¹ тәгәрәү куркынычы бар, диләр, фрейдизм исә кешенен женси мәсьәләдә, үз-үзен тотышында, ижади һәм ижтимагый тормышы кебек катлаулы инстинктларда белештермичә эшләвенен ролен артык күпертеп күрсәтергә тырыша.

Австрия психиаторы Зигмунд Фрейд үзенен психоанализ теориясенен төп мотивын кешенен дөнъяга килүеннән башлап аңа тынгылык бирми торган аңлап һәм аңсыз эшләү арасындагы конфликтка кора. Фрейд карашынча, психика өч катламга бүленә: беренче (өске) катлам — аң, аннан соң аң булып өлгермәгән (инстинктив) катлам һәм, ниһаять, өченче катлам — аңсыз рәвештә эшләнә торган иң бозык инстинктлар жыйелмасы.

3. Фрейд фикеренчә, кешенен аңы, аның миендәге иң югары контроле, тәртибе, мораль теләкләре, хәтта бурыч, этика һ. б. кебек иң бөек әхлакый хисләре дә контрольгә буйсынмый торган тәртипсез женси омтылыш инстинктларына буйсына һәм шуның белән көйгә салына булып чыга.

Тышкы тирәлек һәм объектив сәбәпләр Фрейд өчен бөтенләй диярлек юк дәрәжәсендә. Хәер, бу теория авторы тышкы факторлар тәэсирен өлешчә, бары тик яшерен теләкләрне уятып жибәрүче буларак кына кабул итә. Социаль процесслар, сыйнфый көрәш һәм башка бик күп хәлләр очраклы вакыйга һәм аерым кешеләргә, аларның ихтыярына бәйле дип исбатларга тырышы-

¹ Фрейдизм — психологиядә кешенен ижтимагый тормышын бары тик биологик инстинкт һәм теләкләр белән генә аңлатырга маташучы реакцион идеалистик агым.

да, Фрейд, кешенен тәртибе, фикерләвенен бик нечкә процесслары, үз-үзен тотышы, ихтыяр, үзара сизгер мөнәсәбәтләрнен социаль чыганагы, игътибары, мәхәббәте — барысы да тик җенси инстинктка гына кайтып кала, җенси теләкләргә буйсына, дигән нәтижәгә килә.

3. Фрейд кешенен үз-үзен тотышының нигезе итеп нәселдән килгән үз-үзенә саклау инстинктын (җенси инстинктны) саный, ә кешенен бүтән омтылышларын — канәгатьсезлекнен, ягъни җенси омтылышның башка өлкәләргә күчерелүе яки алмаштырылуы нәтижәсе дип карый.

Фрейд карашынча, бала — җенси кичерешләргә бөтенләй бирелгән невротик, ә баланың үсү һәм җитлегү чоры — бик эчкәре ята торган, әле моңарчы аңланмаган, җенси теләк белән аны канәгатьләндерү мөмкинлеген арасындагы озакка сузылган конфликт ул. Хәер, бала, яшүсмер һәм үсмер егет формалашуның бөтен психологик процессына Фрейд бары тик шушы күзлектән, мәсәлән, нарциссизм, үз-үзенә соклану һ. б. ш. дан чыгып кына карый.

Шулай итеп, кеше характерының барлык җитди сыйфатларын, фикерләрен һәм эшен, аларны дәлилләүне Фрейд җенси теләкнен, җенси омтылышның, җенси көчнен ачыктан-ачык яки башкача чагылышы дип саный.

Психоаналитик караш ялгыш, ул кешеләрнен катлаулы, социаль яктан акланган хәрәкәтләрен саф биологик реакцияләргә генә кайтарып калдыра. Фрейд хәтта иҗтимагый тормышның политик һәм экономик шартларын да объектив законнар белән түгел, бәлки шул ук җенси теләккә нигезләнгән һәм шәхес белән җәмгыятьнен конфликтлары белән бәйле субъектив законнарға нигезләп аңлата.

Фрейдизм хәзерге заман буржуаз идеологиянен иң таралган агымнарының берсенә әверелде. Көнбатышта бу теориянен берничә төре яшәп килә. Неофрейдистлар, кеше табигатнен нигезе буларак җенси теләкнен ролен

киметеп карасалар да, ахыр чиктә, кеше белештермичә эш итә, дигән ялгыш нәтижәгә киләләр.

Фрейдизм карашлары Көнбатышта «ирекле мәхәббәт» исеме астында таралган теориянең нигезен тәшкил итә.

В. И. Ленин 20 нче елларда ук, «ирекле мәхәббәт» лозунгысын куючыларның һәртөрле таләпләрен кискен рәвештә кире какты, бу теориянең реакцион, буржуаз асылын, пролетариат морале һәм интереслары белән берничек тә яраша алмавын ачып бирде. Женси якынлык кылуга «жиңел» карашта торучыларны ул каты гаепләде, яманаты чыккан «бер стакан су» теориясенә ачыктан-ачык каршы чыкты. «Женси тормышта табигать тарафыннан бирелгәннәр генә түгел, бәлки культура йогынтысында алынган сыйфатлар да чагылыш таба... Әлбәттә, сусау су эчкәч кенә басыла. Тик акыллы кеше нормаль шартларда урамдагы пычракка ятып чокырдан су эчәрме? Яисә уннарча кеше авызы тигән стаканнан су эчәргә риза булырмы?

Су эчү — чыннан да, һәркемнең шәхси эше. Ләкин мәхәббәттә ике кеше катнаша, һәм өченче яңа кеше туа. Монда инде жәмәгать интереслары күздә тотыла, коллектив алдында бурыч туа»¹, — диде В. И. Ленин.

А. С. Макаренко «Женси тәрбия» темасына багышланган лекциясендә:

«Кешенең женси тормышы хайваннар женси тереклегеннән нык аерылып торырга тиеш һәм женси тәрбиянең максатлары менә шул аерымлыктан гыйбарәт тә. Кеше бик озын үсеш тарихы үткән, һәм ул зоологик төр булу ягыннан гына үсмәгән, бәлки ижтимагый шәхес буларак та үскән. Менә шул үсеш тарихы дәвамында кешенең эхлакый идеаллары, шулар эчендә кешеләр арасында женси мөнәсәбәт идеаллары да тудырыл-

¹ К. Цеткин. Воспоминания о Ленине. М., Госполитиздат, 1955, 49 бит.

ган. Ижтимагый әхлак җенси тормыш мәсьәләләрендә нәрсә таләп итә соң? Ижтимагый әхлак семьяда гына күренергә тиешле үзара мәхәббәткә нигезләнгән җенси тормышны нормаль саный һәм хаклы дип таба; аның каршында семья ир белән хатынның ачык гражданлык союзы булып тора һәм бу союз үз алдына ике максатны: кешелек бәхетен, бала тудыру һәм тәрбияләү максатларын куя... Без балаларыбызны шулай тәрбияләргә тиешбез, алар мәхәббәткә җитди һәм тирән бер тойгы итеп карасыннар, үзләренә ләззәтләнүләрен, мәхәббәтләрен һәм бәхетләрен семьяда тормышка ашырсыннар»¹.

Бер җенеснең икенчесе белән кушылуы — мәхәббәт билгесе, балигъ булуның билгеле бер чорында гына мөмкин булган чара ул.

Бернидән хәбәрдар булмаган һәм әзерлексез яшүсмер үз организмында бара торган физиологик үзгәрешләрдән гадәттә курка, ояла, бу турыда ата-аналары һәм укытучылардан да акыллы җавап ишетмәгәч, борчыла; ул үзен борчыган сорауларга еш кына очраклы һәм әшәке чыганаклардан җавап таба. Нәтижәдә, балаларны кызыксындырган мәсьәләләр аларга бозылган хәлдә җиткерелә.

Уздырылган тикшеренүләр шуны күрсәтте: уртача алганда, малай һәм кызларның 16,8% ы гына җенси тормыш хакында беренче белешмәне — мәктәптә, 6—7% ы — ата-анасыннан, калганны очраклы чыганаклардан алган.

Җенси тәрбия һәм җенси тормыш турында мәгълүмат бирүдән балада җенси теләк кенә арта дигән карашта торучылар саны хәзерге вакытта кими бара, һәм киресенчә, җенси тормыш турында ялгыш һәм бозык чыганаклардан килә торган мәгънәсез һәм социаль за-

¹ А. С. Макаренко. Сайланма педагогик әсәрләр. Казан, Татарстан китап нәшрияты, 1967, 404—406 битләр.

рарлы мәғлүматларның ныгып калуына юл куймас өчен, бу өлкәдә беренче белешмәне саф чыганақлардан бирергә теләүчеләр, яғни женси тәрбияне яклаучылар саны арта.

Табигать законнарын, мәсәлән, гормональ система-ның, шул исәптән женес бизләренең житлегүен, женси тойгыларның уянуын туктатып та, тыеп та булмый. Тән-нең һәм психиканың үсүенә тәәсир итә торған бу көчне бары дәрес юнәлештә алып барылған тәрбия генә жай-га сала ала.

Балалар һәм яшүсмерләрне тәрбияләү өчен, женси житлегү чорының физиологик, психологик үзенчәлеклә-рен белү, яшүсмернең үз-үзен тотышын дәрес бәяләү һәм көч-куәтләрен үз вакытында тиешле якка юнәлтү кирәк була, ә моның өчен фәнни нигезләнгән элементар белемнәр белән кораллану таләп ителә.

КПСС Программасы коммунистик тәрбиягә, бигрәк тә үсеп килә торған яшь буынны тәрбияләүгә, комму-низм төзүдә иң әһәмиятле бурычларның берсе итеп карый.

Безнең жәмгыять тәрбияләгән яңа кеше рухи яктан бай, мораль сафлык һәм физик камиллек кебек сыйфат-ларны үзендә туплаган булырга тиеш.

Без яшьләрдә максатка омылу, энергиялелек, физик һәм мораль яктан ныклык сыйфатлары, югары идеал-лар белән яшәү, көчле характер һәм ихтыяр тәрбиялә-ргә телибез. Мәктәп белән семьяга, жәмгыятебезнең әй-бәт гражданынын тәрбияләү белән бергә, киләчәкнең семья кешесен — ир һәм ата, хатын һәм ана булачак кеше тәрбияләү вазифалары да йөкләнә.

Тәрбиячегә бу авыр тема буенча әңгәмә вакытында кирәк булачак мәғлүматлар, аерым алганда, женес органнарының төзелеше һәм функцияләренә кагылыш-лы мәсьәләләр алдагы бүлектә бирелә.

ЖЕНЕС ОРГАННАРЫНЫҢ ТӨЗЕЛЕШЕ ҺӘМ ФУНКЦИЯЛӘРЕ ТУРЫНДА КЫСҚАЧА БЕЛЕШМӘ

Һәр женескә хас булган женес органнарының үсеше ир һәм хатын-кыз женес гормоннары эшләп чыгара торган женес бизләренең үзенчәлекле төзелешенә бәйле. Бала шул женескә хас женес бизләре, эчке һәм тышкы женес органнары белән туа.

Хатын-кызларның женес органнары

Күкәйлекләр хатын-кызларның женес бизләрен тәшкил итә. Алар — аналыкның ике ягыннан оча сөягенә таба сузылып урнашкан парлы женес бизләре.

Күкәйлекләрдә күкәй күзәнәкләр — хатын-кызның женес күзәнәкләре житлегә, менә шулардан, ирләрнең орлык күзәнәкләре белән кушылганнан соң, яңа организм үсә.

Моннан тыш, күкәйлекләрдә хатын-кызның женес органнарының эшчәнлегенә генә түгел, бәлки бөтен организмның нормаль эшчәнлегенә тәэсир итә торган женес гормоннары житештерелә.

Кыз бала туганда ук, аның күкәйлекләрендә тоташтыргыч тукума катламында 30 меңнән 400 меңгә кадәр беренчел фолликул була. Фолликул тоташтыргыч тукума эчендәге куыкчыкка охшаган була һәм ул күкәй күзәнәген чолгап алган күзәнәкләр төркемен хасил итә.

Женси житлегү дәверендә фолликул өлгерә башлай: күкәй күзәнәк зурая, фолликул күзәнәкләре арасында ачык төстәге сыекча жыела, шул сыекча фолликул эпителиен куыкчык эчендә тышчанын өске өлешенә кысрыклай. Беренчел фолликулның өлгергән фолликулга әверелү процессы (куыкчыклар граафы) бара. Фолликул күзәнәкләре арасындагы ачык төстәге сыекчада фолликул гормоны — эстроген була. Эстроген гормоннар

аналыкның зураюына һәм нормаль үсүенә булыша, күкәйлекләрдәге фолликуляр аппаратның эшчәнлегенә өчен шартлар тудыра, икенчел женес билгеләренә үсешенә сизелерлек йогынты ясый.

Житлегү процессында беренчел фолликулларның күбесе тулысынча өлгөрөп житмичә үк үлә. Женсик яктан житлеккән хатын-кызның күкәйлекләрендә үсештән төрле стадияләрендә булган 400—500 фолликул исәпләнә. Гадәттә һәр ай саен аталанырга сәләтле күкәй күзәнәк булган бер фолликул гына тулысынча өлгөрә.

Өлгөргән фолликул күкәйлекнең өске ягына калкып чыга башлай, фолликул тышчасы юкара, һәм куыкчык шартлай. Шартлаган куыкчыктан корсак куышлыгына (аналык көпшәсенә корсак куышлыгына чыга торган урынында) күкәй күзәнәк һәм фолликуляр сыекча этеп чыгарыла. Бу процесс овуляция дип атала.

Шартлаган куыкчыкның куышлыгы, вакытлар узган белән, сары төстәге майсыман матдәдән тора торган күзәнәкләр белән тула. Шулар рәвештә эчкә секреция бизләренә ролен башкара торган сары тәнчек хасил була. Сары тәнчек гормон — прогестерон житештерә. Бу гормон шулай ук соңгылыкта һәм бөер өсте бизләре тышчасында да житешә. Прогестерон организмда яралгының сакланып калуына һәм аның үсүенә шартлар тудыра.

Күкәй юллары (аналык яки фаллопиев көпшәсе) — күкәйлекләрдән аналыкка күкәй күзәнәк бара торган парлы көпшәсыман орган. Аналык көпшәсенә озынлыгы житлеккән хатын-кызларда якынча 10—20 см га житә. Һәрбер көпшәнең аналык һәм корсак куышлыгына илтә торган ике очы бар. Аналык көпшәсенә күкәйлекләр ягындагы очы бүрәнкәсыман кинәйгән һәм кырыйлары чуқулар белән капланган була.

Аналык көпшәсе эчкә яктан тибрәнүчән эпителий белән капланган, аның керфекчәкләре, аналык көпшәсенә мускуллы тукумасы, корсак һәм оша сәягә мускул-

лары белән бергәләп кыскарып, күкәй күзәнәкнең аналыкка таба хәрәкәт итүенә булыша.

Аталанган вакытта күкәй күзәнәк сперматозоид (ир кешенең женес күзәнәге) белән аналык көпшәсендә кушыла. Ялкынсыну һәм абортлар нәтижәсе буларак, көпшәләрнең үткәرمәүчәнлегә барлыкка килгәндә, хатыннарынның ана булу бәхетеннән мәхрүм ителүе әнә шуның белән аңлатыла.

Аналык көпшәләре аналыкның өске кырыйларына береккән була.

Аналык — кече очалыкта урнашкан куыш эчле мускуллы орган. Ул формасы белән грушаны хәтерләтә һәм тар очы белән аналык җиңсәсенә тоташа.

Аналыкның өске, шактый киң өлеше аналык төбө дип, аскы тар өлеше аналык муентыгы дип атала. Аналыкка алгы яктан сидек куыгы, арттан туры эчәк орынып тора.

Аналык — жени орган, анда бала яралгысы үсә һәм өлгәрә. Аналык куышлыгы эчке яктан кан тамырларына бай лайлалы яры белән капланган.

Күкәй күзәнәк өлгөргәч һәм шартлаган куыкчык урынына сары тәнчек оешкач, аның гормоны — прогестерон — аналыкта үзгәрешләр китереп чыгара: аның лайлалы катлавы кан белән тулып бүртә. Аталанган күкәйнең монда үтеп керүенә һәм яралгының үсүенә шартлар туа. Өлгөргән күзәнәк аталанмый калса, ул берничә көннән һәлак була. Сары тәнчек кире үсешкә тап була, ягъни ул акрынлап юкка чыга. Шуңа рәвешле бизләр сыекчасының — прогестеронның бүленеп чыгуы туктала. Аналыкның бүрткән һәм зурайган лайлалы катлавы таркала, аерыла, аның кан тамырлары шартлый, һәм кан лайлалы катламның таркалган өлешләре белән бергә аналык авызы һәм аналык җиңсәсә аша тышка ага.

Менә бу күренеш менструация (латинча *mens* — ай дигән сүз) дип атала. Ул күпчелек кыз һәм хатыннарда чама белән 28 көн саен кабатлана.

Аналык жиңсәсе кече очалыкта урнашкан, чама белән 8—9 см озынлыктагы, 2—3 см кинлектәге беркадәр яньчек көпшәдән гыйбарәт. Жиңсә өске яктан аналык муентыгына тоташа. Аналык жиңсәсе эчке яктан бик тиз жәрәхәтләнүчән, аеруча кыз балаларда һәм үсмер кызларда төрле йогышлы микробларга бик сизгер булган лайлалы яры белән капланган. Гадәттә аналык жиңсәсендә ак һәм аксыл-сары төстә берәз бүлендек була. Аналык жиңсәсе гаурәт иреннәре (эчке кече иреннәр, тышкы зур иреннәр) арасында тәмамлана.

Зур һәм кече женес иреннәрен, касык, клитор, гыйффәт пәрдәсен тышкы женес органнарына кертәләр.

Касык корсакның аскы өлешендәге калку урын. Женсә житлегү чорында ул йон белән каплана.

Касыктан аскарак зур женес иреннәре урнашкан. Зур женес иреннәре — женес органы ярыгын чикли торган тире жыерчыгынан гыйбарәт. Женес иреннәренен аскы өлешенә урнашкан биз жиңсәгә керү юлын юешләп тора торган ачык соры төстәге лайлалы сыекча эшләп чыгара. Зур женес иреннәре тышкы яктан йон белән капланган һәм анда шулай ук тир һәм май бизләре бик күп була. Женес ярыгының өске почмагында клитор. Кан тамырлары һәм нерв очлары бик күп булган бу кечкенә генә орган бик сизгер. Клитордан артка һәм аска таба юка һәм бик сизгер тиреле кече женес иреннәре урнаша.

Зур һәм кече иреннәр аналык жиңсәсенә керә торган юлны каплай. Аналык жиңсәсе авызында гыйффәт пәрдәсе (гимен) бар. Ул кан тамырларына һәм нерв жепселләренә бай булган юка ярыдан гыйбарәт, шуңа күрә гыйффәт пәрдәсе, ертылганда, шактый авырта һәм гадәттә берәз кан китә.

Гыйффәт пәрдәсе, ертылганга кадәр, гигиена вазифаларын үти, ягъни аналык жиңсәсен пычранудан һәм инфекция элэгүдән саклай дип исәпләнә.

Женси тормыш белән яши башлаганчы, гыйффәт пәрдәсендә төрле формадагы (балдаксыман, озынча, чуксыман, йолдызсыман һ. б.) бер яисә берничә кечкенә тишем була. Женси житлегү чорына житкән кызларда менструация вакытында шул тишемнәр аркылы кан килә.

Гыйффәт пәрдәсе бик сирәк очракта тумыштан ук булмый яисә киресенчә йомык була. Кайчак бала чакта йогышлы авырулар кичергән кызларның гыйффәт пәрдәсе йомыла. Гыйффәт пәрдәсенә тишемнәре булмаганда, күрем канының агуын булдыру өчен, хирургка мө-рәжәгать итәргә туры килә.

Гыйффәт пәрдәсе беренче якынлык кылганда ертыла. Бала тапканда бөтенләй юкка чыга.

Ирләрнең женес органнары

Ирләрнең женес бизләре (күкәйләр) — оча сөяген-нән тышта, корсакның алгы стенасының кечерәйтелгән өлешен тәшкил иткән тире-мускулдан гыйбарәт капчык-сыман йомарламга — күкәй янчыгына урнашкан.

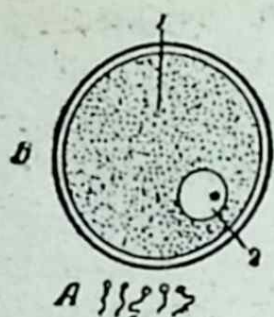
Күкәйләр — парлы женес бизләре, алар ирләрнең женес күзәнәкләрен — сперматозоидларны — һәм тестостерон, яки андростерон дигән женес гормонын житеш-терә.

Андростерон ирләрнең женес органнары һәм икенчел женес билгеләре үсешенә йогынты ясый.

Күкәйнең арткы кырыена аның өстәлмәсе береккән, өстәлмәдән орлык (сперма) чыгара торган 45—50 мм озынлыгындагы канал сузыла.

Күкәйдән өстәлмәнең очына орлык чыгара торган бик нечкә 10—12 канал үтә. Шушы каналлар буенча кү-кәйдән орлык чыгарыла.

Женси житлегү чорында күкәйнең орлык (сперма) чыгу каналчыкларында женес күзәнәкләренә яралгы-лары — сперматобластлар — бүленә башлый, нәтижәдә



Яралгы күзәнәкләре:

- А — ирләрнең сперматозоидлары, яки аталык орлыгы;
 Б — хатын-кызның күкәй күзәнәге, ягъни күкәй күзәнәк;
 1 — сары тәнчекле күкәй күзәнәк матдәсе;
 2 — күкәй күзәнәктән төше.

алардан ирләрнең женес күзәнәкләре — сперматозоидлар, яисә икенче төрле әйткәндә, аталык орлыклары барлыкка килә. Аталык орлыгының башы, урта өлеше һәм койрыгы була, шул койрыкның кыскаруы сперматозоидларны хәрәкәт иттерә. Орлык минутына якынча 2—3 мм тизлек белән хәрәкәт итә.

Сперматозоидлар күкәй өстәлмәсендә тәмам өлгереп житә һәм шунда туплана. Ирләрнең женес бизләре, хатын-кызларныкынан аермалы буларак, сперманы туктаусыз өлгертеп тора.

Житлеккән яшь егет организмында көн саен миллионлаган сперматозоид өлгерә. Берьюлы 500 миллионга якын яки аннан да күбрәк сперматозоид чыгарылырга мөмкин.

Өлгергән аталык орлыклары ир кеше организмында бер ай чамасы яши ала, аннан соң алар «картая» һәм юкка чыга.

Күкәй өстәлмәсенә жыелган сперматозоидлар, жехси дәрт кузгалганда, андагы сыекча белән бергә, орлык чыгу каналлары аша орлык капчыгына таба хәрәкәт итә. Өстәлмәнең сыекчасы тирәлекне юешләп, сперматозоидларның хәрәкәтчәнлеген тизләтә, моннан тыш тагын, сперматозоидларны орлык капчыгы эчендә генә түгел, бәлки орлыкларны чыгарганда да юешләп тора. Женеси дәрт кузгалганда, сыеклык бүлеп чыгару бизе (ул сидек чыгару каналы башланган урында аны ике яктан да каплап тора) күпләп сыеклык житештерә. Бу

бизнең сыекчасы да сперматозоидларның хәрәкәтчәнлеген арттыра.

Женси дәрт иң көчле чакта сыеклык бүлөп чыгару бизләренен дә, орлык капчыгының да сыеклыклары һәм сперматозоидлар сидек каналына төшә.

Сыеклык бүлөп чыгару bize һәм орлык капчыгы сыекчасы, сперматозоидлар белән кушылып, сперма хасил итә. Женси якынлык кылган саен, 1 млн. нан 6 млн. га кадәр сперма бүленеп чыга.

Сперма сидек каналының женес әгъзасы очындагы тишеме аша тышка чыгарыла.

Женес әгъзасы башының тиресе, ягъни сөннәтлек жыерчыкланып тора. Аны ансат кына өскә жыерып була. Аның эчке ягына төрле зурлыктагы май бизчекләре урнашкан, аларның сыекчасы аксыл төстәге юешләндергеч бүлендек эшләүдә катнаша.

Чисталык житмәгәндә, сөннәтлек жыерчыгы тирәсендә пычрак (сидек һәм орлык калдыклары) жыела. Әгәр яшь егет бала чактан ук һәр көнне женес органнарын жылы су белән юарга күнекмәгән булса, сөннәтлек жыерчыгы астына микроб жыелудан пешегү һәм ялкынсыну килеп чыгарга мөмкин. Бу исә, үз чиратында, женси теләкнең бертуктаусыз туып торуына сәбәп була.

Женес әгъзасының баш өлеше — иң сизгер урын, шуңа күрә, ялкынсынган чакта, аеруча йөргәндә, авырта. Тышкы женес органнарын юганда, сөннәтлек жыерчыгын өскә сыдырып кайтарып торырга, чайкарга һәм әгъза башын корытып сөртәргә кирәк.

АТАЛАНУ. ЙӨКЛЕЛЕК.

БАЛА ТУДЫРУ

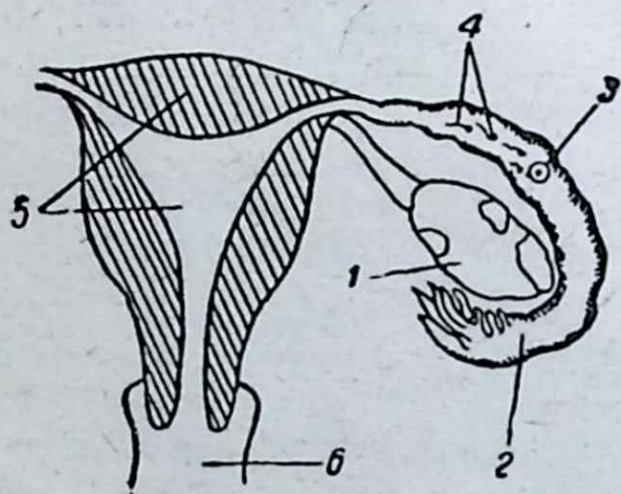
Аталану еш кына хатын-кызда күкәй юлының киңәйгән урынында була. Спермадагы сперматозоидлар аналык жиңсәсенә элэгәләр, үзләренен бик актив, бик хәрәкәтчәнлекләре аркасында, аналык куышлыгына таба

килэлэр һәм, аны узып, күкәй юлынын берсенә керәләр, анда өлгергән күкәй күзәнәк белән очрашалар. Монда сперматозоидларның берсе күкәй күзәнәк тышчасын тишеп, аның эченә үтеп керә дә аны аталандыра. Сперматозоидларның аналыкка һәм күкәй юлына үтеп керүе хатын-кызларның эчке женес органнары ирләрнең женес орлыгын суырып алу сәләте белән жиңеләя.

Аталанган күзәнәк, төкле яры белән уралган күзәнәкләр йомгагына әйләнә барып, күкәй юлы буйлап сыекча агымы белән аналыкка таба юнәлә.

Аталанган күзәнәк, үсүен дәвам иткән килеш, аналыкка таба хәрәкәтен дәвам итә һәм, аталанганнан соң чама белән 6—7 көн узгач, аналык куышлыгына кереп урнаша.

Аталанган күкәй күзәнәкнең төкләре күкәйлекләр гормоннары белән алдан ук тәэмин ителгән аналыкның бүртегән лайлалы яры катламына керәләр, яры бик каты үсеп китә һәм тиздән төкле йомгак белән каплана.



Күкәй күзәнәкнең күкәйлектән аналыкка үтү юлы:

1 — куыклары булган күкәйлек, анда күкәй күзәнәк житлегә; 2 — күкәй юлы; 3 — күкәй күзәнәк, аны сыеклык агымы аналыкка алып бара (зурайтылган); 4 — сыеклык агымына каршы күкәй күзәнәккә таба хәрәкәтләнүче сперматозоидлар (чынбарлыкта алар күзгә күренерлек түгел); 5 — аналык куышлыгы һәм стенасы; 6 — жиңсәнең югары өлеше.

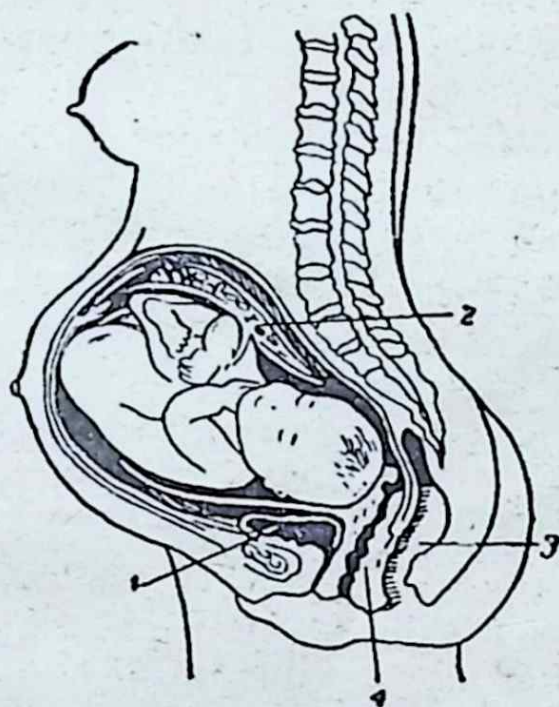
Әгәр күкәй күзәнәк аталанган булса һәм яралгы аналыкта нормаль үсә башласа, хатын-кызның күреме туктала. Сары тәнчек 5—6 ай буена югалмый. Ул үсә һәм арта барган гормоннар тәэсире белән күкәй күзәнәкнең үсүенә һәм аналыкка тагын да бергүенә ярдәм

итә һәм шулай ук күкәйләкләрдә күкәй күзәнәкләрнен өлгерүенә комачаулый.

Аталанган күкәйнең аналыкка береккән төшендә соңгылык (бала урыны) хасил була.

Соңгылыкның формалашуы йөкләлекнең өченче ае азагына тәмамлана, аннан соң ул бары үсә генә бара.

Соңгылык — яралгыны ана организмы белән бәйләнештә тотучы орган. Яралгының туклануы, сулавы, артык әйберләрне бүлеп чыгаруы аның аркылы бара. Соңгылык аркылы анадан яралгыга күп төрле саклагыч жисемнәр (антитела) үтеп керә.



Баланың ана карынында торышы:

1 — сидек капчыгы; 2 — соңгылык, яки бала урыны; 3 — туры эчәк; 4 — жыңсә.

Туклыклы матдәләр һәм кислород яралгыны ана организмы белән тоташтыра торган кендек бавы аша керә. Кендек бавы уртача 50—60 см озынлыктагы, 1,5—2 см юанлыктагы бауны хәтерләтә. Кендек бавы яралгының кендеге тирәсендә башланып, икенче башы соңгылыкка тоташа.

Аналыктагы яралгы капчыкка охшаш һәм эче су белән тулган сүрү эчендә ята. Бу су яралгыга шактый жи-

нел хәрәкәтләнергә, үсәргә мөмкинлек бирә, бәрелеп имгәнүләрдән саклый.

Яралгы урнашкан бу сүрүне соңгылык дип атыйлар.

Нормаль йөклелек 9 ай дәвам итә. Бары тик микроскоп аша гына күреп булган аталанган күкәй күзәнәк, бу вакыт эчендә үсә һәм авырлыгы 3 кг чамасы һәм аннан артыграк, буе 50—52 см тирәсе булган балага әйләнә.

Йөклелек, гадәттә, 9 айдан бала тудыру белән тәмамлана.

Аналык мускулларының бик тырышып эшләве нәтижәсендә бала кече очалыкка этеп чыгарыла, аннары корсак мускуллары кыскара һәм бала дөньяга килә.

Бу чакта ана белән бала әле кан йөреше сизелеп торган кендек бавы аша бер-берсенә тоташкан була. Врач яисә акушерка баланың корсакка якын өлешендә башта кендек бавын бәйли, аннан соң бауны кисә.

Баланың соңгылык ярдәмендә барган кан әйләнеше үпкәләр ярдәмендә барган кан әйләнешенә күчә. Бала үпкәләре белән сулый башлый.

Бала туганнан соң, күп тә үтми, аналык куышлыгынан соңгылык төшә.

Хәзер инде бала ел буенча диярлек анасының күкрәк сөте белән тукланачак. Күкрәк сөтендә аксым, май, шикәр генә түгел, бәлки баланың үсүе һәм житлегүе өчен кирәкле матдәләр, шул исәптән витаминнар, ферментлар, төрле авырулардан саклагыч матдәләр (антитела) була.

Бала тудырганнан соң, берничә атна үткәч, ә кайчакта берничә айдан соң, күкәйлекләрдә тагын күкәй күзәнәкләре өлгерә башлый, хатын-кызның күрем күрә башлавы шуны күрсәтә. Хатынның балага узду сәләте яңадан кайта.

Женес бизләренен нормаль эшчәнлегенә кешенен физик һәм акыл үсешенен камиллеген тәмин итә торган эчке

секреция бизләре (эндокрин бизләр) һәм үзәк нерв системасының турыдан-туры катнашында бара.

ЖЕНСИ ЯКТАН ЖИТЛЕГҮ

Күчү чоры — женси житлегү чоры — кешенен организмы биологик яктан өлгереп житкән чак. Балалар дөньяга житлеккән женси инстинкт белән тумыйлар. Инстинкт женси житлегү елларында уяна.

Женси житлегү вакыты һәм аның киеренке эшчәнлегә башлану төрле кешедә төрлечә һәм алар бик күп факторларга: сәламәтлеккә, туклануга, климатка, көн-күреш һәм социаль-экономик шартларга бәйле була. Нәселдән килгән үзенчәлекләрнең дә роле кечкенә түгел.

Тормыш шартларының авырлыгы, туклыклы ризык һәм витаминнарның житешмәве, каты яки еш кабатлана торган авырулар организмның женси житлегүен тоткарлый. Зур шәһәрләрдә яшәүче яшүсмерләр гадәттә, авыл жирләрендә торучыларга караганда, женси яктан иртәрәк житлегә. Жыеп кына әйткәндә, өйдә, мәктәптә һәм урамда баланы чолгап алган шартлар — барысы да женси житлегүен вакытына йогынты ясыйлар.

Күчү чорында бөтен организм тирән үзгәреш кичерә, аеруча зур эш нерв системасына йөкләнә. Эчке секреция бизләренең эшчәнлегә арта. Гипофиз гормоннарының тәэсире нәтижәсе буларак, яшүсмер буйга үсә. Гипофиз шулай ук калкансыман бизнең эшчәнлеген көчәйтә. Женси житлегү вакытында үсмер кызларның калкансыман бизләре шактый зураю шуның белән аңлатыла. Гипофиз бөөр өсте бизләренең эшчәнлеген арттыра, женес бизләренең эше көчәя. Женес гормоннары житештерелә башлый. Вегетатив нерв системасының ярсучанлыгы арта.

Женес һәм бүтән эндокрин бизләренең гормоннары тәэсирендә женес органнары һәм женес бизләре бөтенләй формалашып житә, бер женесне икенчесеннән аеру-

га хезмэт итэ торган икенчел женси билгелэр үсэ баш-
лый (женес бизлэрен беренчел женес билгелэренэ кер-
тэлэр).

Бу чорда кызларнын гәүдэләре ыспайлана, тире
астына май жыелу арта, күкрәк бизләре зурая һәм үсә,
оча сөякләре киңәя, менструация башлана.

Малайларнын битендә һәм тәнендә төк үсә башлый,
бугаз төене зурая, тавышлары үзгәрә, орлыклык сыекча
жыела һәм ул төннәрен ихтыярсыз рәвештә чыгучан
була. Женси житлегү чорына инде малайларнын икен-
чел женес билгеләре тәмам үсеп житә.

Кызлар, малайларга караганда, женси яктан иртә-
рәк житлегә. 7—8 яшь тулуга, аларда май катламы ха-
тын-кызларга хас рәвештә арта башлый; ул сөт бизлә-
рендә, ботларда, арт сан мускулларында туплана, шуңа
күрә гәүдәнен иң элек билдән түбән ягы, аннары иңбаш
тирәсе һәм куллар тулылана.

13—15 яшьләрдә кыз бала буйга үсеп китә, касык
тирәсендә һәм култык астында йон күренә башлый.

Женес органнары шактый үзгәрә: аналык зурая,
күкәйләкләрдә фолликул өлгерә, күрем күрү башлана.
16—17 яшьләрдә гадәттә скелетнын хатын-кызларга хас
булганча формалашуы тәмамлана. 19—20 яшькә житкән
кыз кешенен күрем күрүе тәртипкә салына, бөтен орга-
низмы анатомик һәм физиологик яктан тәмам өлгереп
житә.

Малайлар 10—11 яшькә житкәч женси өлгерә баш-
лай, бу вакытка аларнын женес әгъзасы һәм күкәйләре
шактый үсә. 12—13 яшьләрдә бугаз формасы һәм тавыш-
лары үзгәрә; 13—14 яшьләрдә скелет ирләргә хас булган
форма ала; 15—16 яшьләрдә култык астына һәм касык
тирәсенә ныклап торып йон үсә, битләрдә дә төкләр
(сакал, мыек) күренә башлай, күкәйләре зурая, төннә-
рен ирекседән аталык орлыгы чыгарыла башлай.
Антропологларнын (кешенен табигатен һәрьяклап өйрә-
нүчеләрнен) соңгы мәгълүматларына караганда, сөяк-

ләрнең үсеп туктавы физик яктан өлгерүнең төп билгесе икән. Ирләрдә сөякләрнең тәмам ныгып житүе 24 яшьләрдә тәмамлана.

Күчү чорында бала организмында бара торган катлаулы процесслар женес органнарындагы үзгәрешләргә генә бәйләп аңлатыла алмый. Бөтен организм яңадан жайлаша. Ул бик нык үсә, эчке органнарның эше арта, нерв системасының эшчәнлегә шуңа яраклаша, яшүсмернең психикасы үзгәрә.

Женси житлегү чоры — бала организмының сыйфат ягыннан үсүе, балигъ булуга күчүе чагыштырмача озакка тартылган чор.

Бу үсеш бер дә тигез бармый: бер процесс икенчесен узып китә, яшүсмернең тышкы кыяфәтендә, эчке органнарының эшчәнлегендә, холкында, үз-үзен тотышында вакытлыча гармония бозыла. Аяк-кул гәүдәгә караганда тизрәк үсә, хәрәкәтләр тупаслана, шыксызлана. Бу исә үзәк нерв системасының координациясе бозылудан килә. Яшүсмер үзенең шыксызлыгын сизә, игътибарын шуңа туплый һәм нәтижәдә тагын да килбәтсезрәк күренә. Мускул көче арта, бигрәк тә женси житлегүнең ахырына таба 2—3 ел эчендә мускуллар массасы 12% ка арта (э баланың авырлыгы, туганнан алып 8 яшькә житкәнче, нибары 4% ка арта).

Малайларның мускул көче арту аны чыныктыру ихтияжын китереп чыгара. Бу көчне файдалы эшкә юнәлтү бик әһәмиятле.

Яшүсмерләрдә сөяк һәм мускулларының бик тиз үсешеннән эчке органнар — йөрәк, үпкә, ашказаны-эчәк тракты үсеше шактый калыша.

Йөрәк кан тамырларына караганда тизрәк үсә, нәтижәдә кан басымы күтәрелә һәм бу хәл йөрәкнең эшен кыенлаштыра. Женси житлегү чорында организмда барган бик нык үзгәрешләр үз чиратында йөрәккә зур таләпләр куя. Э йөрәкнең кирәгенчә эшләмәве («үсмерләр йөрәге») нәтижәсендә, малай һәм

кызларда еш кына баш әйләнә, аяк-кул салкыная һәм күгәрә. Баш авырта, бик тиз ару, вакыт-вакыт сүлпәнлек өянәге килеп чыга; баш миендәге кан тамырлары кысылганга, яшүсмерләрдә еш кына хуштан язулар күзәтелә.

Женси житлегү чоры тәмамлануга, гадәттә мондый хәл үзеннән-үзе бетә.

Яшүсмернең бик тиз үсүе, эчке секреция бизләренен эшчәнлеген бик нык арту, организмдагы структура һәм физиологик үзгәрешләр үзәк нерв системасының ярсучанлыгын арттыра, үсмернең психикасын үзгәртә.

Яшүсмерләренң эмоциясе тотрыксыз, үзгәрүчән, каршылыклы була: аларда еш кына бик нык игътибарлык рәхимсезлек белән, оялчанлык үзен артык иркен тотуы белән чиратлаша, ата-аналарының күз-колак булуына кирәгеннән артык тәнкыйть белән карау, түзеп тора алмау күзәтелә.

Бу чорда яшүсмерләрдә эш сәләтенен кимүе, нервлылык, ярсучанлык, еламсырау (аерата кыз балаларда күрем вакытында) күзәтелә.

Үсмер кызлар белән малайлар арасында яңа мөнәсәбәтләр туа. Кызлар үзләренен тышкы кыяфәтләренә күбрәк игътибар итә башлый. Малайлар кызларга үзләрендәге көчне күрсәтергә омтыла.

Беренче «мәхәббәт кичерешләре» яшүсмерләргә еш кына чыгырдан чыгара, алар йомыклана төшә, начар укый башлый.

Күчү чорында ата-аналарның һәм укытучыларның балаларга карата бик сизгер булулары кирәк. Яшүсмерләренң игътибарын организмнарында, психикаларында барган катлаулы үзгәрешләргә махсус юнәлтергә ярамый, әмма бу үзгәрешләренң закончалыгын һәм биологик асылын аңлату шарт.

Шунсы әһәмиятле, яшүсмер үзенен анасын, атасын һәм укытучысын теләсә нинди сорау белән мөрәжәгать итеп була ала торган дус дип уйласын. Бу вакытта тәр-

бияченең осталыгы шунда: ул балаларның игътибарын күп төрле эшкә юнәлтергә, женси кичерешләрдән читкә тартырга тиеш. Бу иң элек мәктәп балаларының укуына, хезмәтенә һәм үз-үзләрен тотуларына карата таләпләрне арттыруны сорый.

Яшүсмерләр инициативасына һәм мөстәкыйльлегенә олыларның ихтирам белән каравы, аларның энергиясен дөрес юлга юнәлтүе дә бик мөһим. Югыйсә, яшь кеше үз көченә артык ышана, мөстәкыйльлекнең чамасын белми. Бу да шулай ук күчү чорының үзенә хас бер үзенчәлеге.

Женси житлегү чорында яшь организмның нормаль физик үсеше дә зур роль уйный.

Витаминнарга бай төрле-төрле ризык ашарга, шулай ук саф һавада озак булырга, спорт белән шөгыльләнәргә кирәк.

МЕНСТРУАЦИЯ

Күчү чорында кыз бала күрем күрә башлый. Бу исә күкәйлекләрдә аталанырга яраклы күкәй күзәнәкләрнең өлгәрә башлавын күрсәтә.

Күрем күрү 11—12 яшьтән дә иртә башланмаса һәм 17—18 яшьтән дә соңга калмаса, нормаль санала. Күрем күрү 45—54 яшьләргә кадәр, ягъни климакс чорына кадәр дәвам итә.

Зур кайгы кичерү, берәр жирнең гаять каты авыр-туы, төньяктан көньякка яисә түбәнлектәге урыннан тауларга күчеп китү дә күрем циклын бозарга мөмкин. Озакка сузылган авыр эш, бик нык ару да күрем күрүнең тукталуына сәбәп була. Болар исә күрем күрү бер органның эше генә булмыйча, бәлки үзәк нерв системасы тарафыннан тәртипкә салына торган женси циклын бер күренеше икәнән раслый.

Күрем күрә башлау женси житлегүгә аяк басуныгына күрсәтә. Үсмер кыз инде балага уза алса да, анын

женес органнары, организмы нормаль жени тормыш очен житлекмэгэн була эле. Алда әйтеп узганча, хатынкыз организмының үсеше 20 яшьләр тирәсенә, ә кайчакта сонрак та тәмамлана. Бары 20 яшьтән узгач кына, жени тормыш белән яши башларга мөмкин.

Күрем, гадәттә, 2—5 көн дәвам итә. Бу вакыт эчендә 100—120 мл чамасы кан югала. Күрем циклы жайга салынып беткәч, ул чама белән 24—28 көн саен кабатлана торган була.

Күрем билгеле бер вакыт узган саен, мәгълүм көн санынча һәм мәгълүм бер чамада узса, цикл нормаль санала.

Баштарак күрем күрү 7—8 көнгә сузылырга, аннан сон берничә ай, берәр ел яки тагын да озаграк булмый торырга да мөмкин.

Гадәттә, берәз «саташкалап» алганнан сон, бер ел эчендә күрем циклы тәртипкә салына.

Беренче күрем кайвакыт гомумән кәеф китү, хәлсезлек, эч авырту яки шактый кан югалту белән уза. Кайчакта температура күтәрелү, косу, эч китү, эч кибү, баш әйләнү кебек күренешләр күзәтелә. Мондый очракта врачка күренергә кирәк.

Күрем вакытында ятып кына торырга кирәк дигән фикер ялгыш. Үзен әйбәт сизгән үсмер кыз гадәти тормыш тәртипләрен дәвам итәргә, иртәнге гимнастика белән шөгыльләнәргә, ягъни катлаулы булмаган физик күнегүләр ясарга тиеш. Бу вакытта сикерүгә бәйле күнегүләр эшләмәскә, велосипедта йөрмәскә, авыр әйберләр күтәрмәскә кирәк. Шулай ук тимераяк һәм чаңгы шуу, озаклап жәяү йөрү, ваннада юыну, су коену һәм кояшта кызыну тыела.

Айлык вакытында эч авырта һәм кан күп килә торган булса, врачка мөрәжәгать итәргә кирәк. Менструация вакытында кәефләре начарая торган кызлар уку яки эшләреннән азат ителә.

Күрем башланыр алдыннан яисә башлангач берничә

сэгать эч авыртучан була. Мондый чакта иң әйбәте ятып тору: ул тынычландырып жибәрә.

Күрем вакытында, кыз бала үзенә игътибарлы булырга, бигрәк тә аякларын һәм эченең түбән өлешен салкыннан сакларга тиеш. Моның өчен кыш көне — озын жылы рейтуз, жәй көне сыланып тора торган штан кияргә кирәк. Салкын ташка яки бүтән салкын әйбер өстенә утырырга һич ярамый.

Күрем вакытында серкә, горчица, борыч, керән кебек әйберләр ашаудан тыелып торырга кирәк. Сыра, кызыл аракы һәм башка исерткечләр эчәргә ярамый, чөнки кан йөреше тизләнү нәтижәсендә, кан күп китәргә мөмкин.

Сидек капчыгы һәм туры эчәкнең үз вакытында бушануына нык әһәмият бирелергә тиеш, югыйсә, алар гел тулып торса, аналык үз урыныннан авыша, бу хәл исә авыртулар башлануга һәм хәтта, күрем килүнең тоткарлануына да сәбәп булырга мөмкин. Кыз бала бу чакта тәннен аеруча чиста тотарга тиеш, чөнки айлыклар вакытында аналыктан бик күп кан китә, ул үзенә күрә бер жәрәхәтле урынга әйләнә, анда микроблар үзләренә менә дигән жирлек таба. Женес органнары гигиенасы дигән бүлектә без бу мәсьәләгә киңрәк тукталырбыз.

ПОЛЛЮЦИЯ

Женси житлегү чорында яшүсмердә гадәттә төннәрен ихтыярсыз рәвештә орлык бүлеп чыгару була, аны поллюция дип атыйлар. Поллюция латинча *pollutio* — буяу, пычрату дигән сүз.

Поллюция күренү яшүсмердә сперматозоидлар эшләнә башлавын күрсәтә. Сыеклык бүлеп чыгару бизләренең һәм орлык капчыгының сыекчалары бергә кушылып, сперма рәвешендә женес юлларында туплана да төнлә женес эгъзасы киерелгәндә үзеннән-үзе чыга.

Поллюция 15—16 яшьләр тирәсендә башлана. Женеси

якынлык кылудан озак тыелып торганда, олы ир кешедә дә поллюция күренеше булуы ихтимал.

Поллюция — нормаль һәм табигый күренеш. Ул жен-си тормыш белән яшәмәгән һәрбер ир һәм егет кешедә күзәтелә. Шуна күрә поллюциядән оялмаска һәм курык-маска кирәк. Чөнки ул женес органнарының һәм го-мумән организмның торышы өчен борчылырдай сәбәп-ләр тудырмый.

Поллюция айга 1—3 мәртәбә, ай ярым яки ике айга бер, 10 көн саен да, 60 көн саен да кабатланып торыр-га мөмкин. Әгәр поллюция һәр төнне яисә бер төн эчендә берничә тапкыр кабатланса, врачка мөрәжәгать итәргә кирәк.

Поллюциянең башлануы яшь егетнең житлегеп жи-түе, чын-чынлап ир кешегә әйләнүе түгел әле. Ул бүлеп чыгарган сыекчада хатын-кызның күкәй күзәнәген аталандырырга сәләтле өлгергән сперматозоидлар булса да, бу әле яшүсмер организмының женси тормыш белән яши башларга әзер икәннен күрсәтми.

Поллюция ярдәмендә организм артык күп сперма сы-екчасыннан һәм женси киеренкелектән котыла. Бу — женси яктан тыелып тору өчен, организмга физиологик шартлар тудыра торган файдалы һәм табигый реакция.

Поллюция бик еш кабатланмасын өчен, яшь егет йоклар алдыннан ачы, тозлы ризык ашамаска, сыек-лыкны күп эчмәскә тиеш, шулай ук аңа бик жылы юрган ябынырга да, плавки яисә бик тыгыз трусик киеп ятар-га да киңәш ителми. Урын-жире дә артык йомшак бул-масын. Болардан тыш тагын, женес эгъзасының башын каплап торучы тышчаны чиста тотарга кирәк.

Сәламәтлекне ныгыту, авыруларны, шул исәптән женес органнары авыруларын кисәтүгә хезмәт итә тор-ган бөек фән — гигиена фәне мең еллар дәвамында яшәп килә һәм үсә. Алдагы бүлекне без шуңа багышлыйбыз.

ЖЕНСИ ТЭРБИЯДЭ ГИГИЕНА МЭСЬЭЛЭЛЭРЕ

Борынгы грек риваятьларендэ сөйлэнгәнчэ табиплык осталыгының бөөк алласы Асклепийның (латинча Эскулап) ике кызы була: берсе — дару белән дэвалануны яклаучы Панацея һәм икенчесе — сәламәтлек алласы Гигиея. Гигиея исеменнән гигиена фәнненең атамасы килеп чыккан. Үз балаларын женси яктан дәрәс тәрбияләү өчен, ата-аналар гигиена фәнненең нигезләрен белергә тиеш.

Галимнәр кешенең гомерен берничә чорга бүлә: яңа туган бала, күкрәк баласы, мәктәпкәчә яшәтгә бала, кече яшәтгә мәктәп баласы, яшүсмер, өлкән яшәтгә мәктәп баласы һ. б. Һәр чорның үзенә генә хас үзенчәлекләре һәм кеше үзе, аның тирәсендә яшәүчеләр бергәләп жиңәргә тиешле кыенлыклары бар.

Бала сәламәт һәм бәхетле булып үссен өчен нишләргә кирәк соң?

Беренче карашка, моның өчен бик аз кирәк кебек: вакытында ашат, төрөп сал, йоклат һәм төрле авырулардан сакла. Ләкин бик күп ваклыклардан торган һәм гомер-гомергә килгән ата-ана вазифасы бик җаваплы. Нәкъ менә шунда яшә ата-ана бик күп ялгыш җибәрә дә инде.

Туклану. Яшәр өчен ашарга, ашаганда да ни туры килсә, шуны һәм күп итеп түгел, бәлки ниндидер ризыкны билгеле күләмдә ашарга кирәген барыбыз да белә.

Яңа туган бала өчен бердәнбер туклыклы ризык — күкрәк сөте, бердәнбер эчемлек — бүлмә температурасындагы кайнаган су. Әмма бала бик тиз үсә һәм аның үсүенә ярдәм итә торган энергия яңадан тулыландырылырга тиеш булганлыктан, экренләп баланың ризыгы да төрләнделә. Тамчылап җимеш сулары, балык мае (яки D витаминны), эремчек, сөтле катнашмалар һ. б. бирелә. Карап торышка, барысы да аңлашыла кебек —

ризык туклыклы һәм төрле булырга тиеш. Тик тормышта алай ук барып чыкмый: семьяда бала еш кына гел бертөсле ризык белән туклана. «Шәфкәтьле» ата-ана бала нәрсә теләсә шуны ашарга рөхсәт итә. Шунлыктан кайбер бала күбрәк ит ашый, икенчесе консерв, колбаса яисә татлы ризык белән мавыга, ә ата-анасы аның ни булса да ашавын, күп итеп ашавын гына тели. Мондый система белән «тәрбияләнгән» кайбер балага үсә торган организм өчен бик файдалы булган сөт продуктлары, бигрәк тә яшелчәдән эзерләнгән ризыкларның бөтенләй эләкмәве бер дә гажәп түгел. Шуңа күрә ризыкның кирәкле состав өлешләре, аеруча минераль тозлар (микро-элементлар дип атала торган магний, кобальт, калий, кальций, фосфор һ. б.) бала организмына житәрлек күләмдә керми, ә болардан башка организм яши алмый, аның үсүе һәм житлегүе тоткарлана. Мәсәлән, азыкта даими рәвештә витаминнар, минераль тозлар, углеводлар житешмәсә, баланың гомуми үсеше бозыла, бу хәл исә җенси житлегүгә дә тәэсир итә, җенси житлегү тоткарлана. Аксымлы азыкларны (нигездә ит) күп куллану, киресенчә, җенси яктан иртә һәм тиз житлегүгә булыша.

Азыкта D витаминны житмәсә, балада рахит башлануы мөмкин. Бу авыру баланың үсешен, аерым алганда, аның сөяк системасы үсешен боза. Бу бигрәк тә кыз бала өчен куркыныч. Сөякләрнең зәгыйфьләнүе оча сөягенең кәкрәюенә китерергә мөмкин, ә оча сөяге исә киләчәктә — бала тудырганда зур роль уйнайчак. Оча сөягенең тараюы яисә аның кәкрәюе бала тудыруны кыенлаштырырга яисә бөтенләй бала тудыра алмый торган итәргә мөмкин.

Йөкле хатынның дәрәс туклануы, врач кушуы буенча ультрамиләүшә нурлары алуы, көндәлек режимы, шулай ук балага күкрәк сөте имезү, үз вакытында өстәмә ашату һәм витаминнар бирү — рахитка каршы көрәшүдә төп факторлар.

Тик соңгы елларда врачлар витаминнарның житешмәве түгел, бәлки артыклығы китереп чыгарган бәлагә ешрак юлыгалар. Балаларын чиктән тыш яратучы ата-аналар балаларына кирәгеннән артык «витамин ашатырга» тырышалар. Нәтижәдә гипервитаминоз дигән авыру барлыкка килә.

Хәзер күп семьяда балаларга югары калорияле азык бирәләр. Житмәсә тагын, баланың ашказаны элек ашаганын эшкәртеп өлгергәнче үк, бик еш, сәгать саен диярлек ашаталар. Әле ачыгырга өлгермәгән бала көйсезләнә, ашыйсы килми, ә аны көчләп ашаталар. Нәтижәдә, балаларның кайберсендә азыктан баш тарту рефлексы туа, аппетитлары начарлана, алар сүлпәнләнә, төсләре китә; бу хәл баланың иң катлаулы үсеш чорында — женси яктан житлегү вакытында бигрәк тә нык тәэсир итә. Кайбер балалар, киресенчә, артык күп ашауга күнегәләр, күп вакыт ни булса да капкалап йөрүчән булалар. Тазаручан балаларның артык күп ашавы симезлеккә китерүе ихтимал, ә симерү исә организмда матдәләр алмашынуын бик нык боза һәм женси яктан житлегүне тоткарлый.

Дөрес һәм кирәгенчә тукланмау еш кына аз канлылыкка китерә, нәтижәдә, бала, жиңел генә эш эшләгәндә дә, бик тиз арый, башы авырта, начар йоклый, хәтта һуштан язган чаклары да булуы ихтимал. Кайбер кыз балаларда мондый күренешләр женси житлегү чорында — беренче күремнәре вакытында бик еш кабатлана.

Тәртипсез туклану, коры-сары һәм аяк өстән ашап йөрү дә баланың үсешен тоткарлый. Мондый зарарлы гадәтләрне шоколад, пирожный, алма кебек әле генә сатып алынган әйберләрне шундук ашарга рөхсәт итүче ата-аналар яисә үзләренә бер генә минутка кергән баланы берәр тәмле әйбер белән сыйларга тырышучы киң күңелле күршеләр тәрбияли. Ата-ана ризалыгы белән юлда ук ни дә булса ашаган һәм өйгә кайткач көндөзгә

яисә кичке ашны ашамый утыручы яисә юылмаган жиләк-жимеш яки шакшы кулдан эләккән микроблардан авырып киткән балалары өчен шул ук ата-ана үзе бик каты хафага да төшә. Дөрес тәрбияләнмәгән мондый балалар, вакытында (кеше белән бергә) ашамыйча яисә көйсезләнеп утырып, мәктәпкәчә яшътәге балалар өчен булган учреждениеләрдә дә күп мәшәкать һәм күнелсезлекләр тудыра.

Кыскасы, ата-ананың беренче карашка бик жиңел күренгән вазифасы — баланы ашату — алай бик жиңелдән түгел икәнлеген ачыла. Туклану балага зур файда китерерлек булсын өчен, күп белергә кирәк, осталык кирәк. Шуны исәпкә алып, йөзләрчә фәнни-популяр китап, брошюра, кинофильм, плакат чыгарыла; балалар врачлары һәм медицина сестраларының да моңа күп игътибар бирүе һич тә очраклы түгел.

Баланы карау — ата-ананың бик житди вазифасы. Һәр ана, һәр ата баланы дөрес карау аның нормаль үсешен тәмин итәчәген яхшы белә. Дөньяга килүенен беренче көннәреннән үк куела торган зур таләп — чисталыкны саклау. Яңа туган баланы көн саен коендырырга, биләүсәләрен бик еш алыштырырга кирәклеген бар кешегә дә мәгълүм. Кече йомышыннан соң баланың тәне йомшак чүпрәк белән корытып алына, ә инде олы йомышыннан соң тышкы женес органнары һәм арткы юл тирәсе жылы су белән юып төшерелә.

Кыз баланы, шулай ук ир баланы караганда, тышкы женес органнары тирәсендә сак эш итәргә кирәк. Тупас хәрәкәтләр, ышкылулар килеп чыкмасын өчен, баланың чүпрәкләрен, биләүсәләрен бик әйбәтләп тигезләп жәяргә, аңа кидергән киёмнәрдә тупас жөйләрнең булмавына игътибар бирергә кирәк. Шулай итмәгәндә, бу «вак-төякләр» тышкы женес органнарын борчып торырга һәм соңрак онанизм яки берәр төрле авыру килеп чыгуга сәбәп булуы мөмкин. Күкрәк баласын төрер алдыннан, тәннең жыерчыкланып торган урыннарын һәм тышкы

женес органнарын әйбәтләп карарга, аларга яхшылап кайнатылган үсемлек мае сөртәргә кирәк.

Яңа туган балада кайвакыт жеңси криз дип йөртелә торган күренеш күзәтелә. Ул бала организмына соңгылык аша эләккән гормоннар тәэсирендә була. Бу очракта сөт бизләре шешенкерәп китә, хәтта борчак зурлыгында яисә тагын да зуррак була, бизләр угызга охшаган сыекча эшләп чыгара. Гадәттә криз бала туып берничә көн узгач башлана һәм 2—3 атна дәвам итә. Моңа махсус дәва кирәкми, бала тәннен бик әйбәтләп карап, чиста тоту гына таләп ителә. Бизгә массаж ясарга яисә сыекчасын кысып чыгарырга һич ярамый. Әгәр дә инде ул урын кызарса, врачка мөрәжәгать итәргә һәм, киләчәктә бизнең эшчәнлегә бозылмасын өчен, аның киләшләрен тотарга кирәк. (Чөнки кыз балада сөт бизләре эшчәнлегә бозылу аңа киләчәктә, ана булгач, баласын имезү кыен булачагын һәркем белә.)

Кыз балаларда, тууларына 4—6 көн үткәч, жеңси криз кайчакта тышкы женес органнарының кызарып китүе, ак килү яисә, сирәк очраса да, канлы бүлендек килү рәвешендә узарга мөмкин. Гадәттә мондый күренеш сирәк була һәм яңа туган балага куркыныч тудырмый, 1—3 көн эчендә узып китә. Ләкин кыз баланың женес органынан һәрвакыт аз гына лайла бүленеп чыгучан була. Аларны сөртеп тормаһан, лайла кипшенә, бу хәл женес органнарының пешегүенә, ә кайвакыт зур женес иреннәренен шешүенә һәм аларның бер-берсенә ябышуына китерүе ихтимал. Мондый очракта иреннәрне чиста кул белән сакланып кына ачарга, андагы бүлендекне мамык кисәгә белән сөртеп алырга һәм кайнатып суытылган теләсә нинди үсемлек мае, вазелин яисә витаминлы балык мае сөртәргә кирәк.

Тышкы женес органнарын карап тормаһан, ялкынсыну процессы аналык жинсәсенен лайлалы катлавына күчә һәм кыз баланың киләчәктә ана булуына куркыныч тудыра торган житди авыруларга китерүе ихтимал. Кыз

бала туганның беренче көненнән үк киләчәктә үзе ана булачак кеше бит. (Моңы ишетү ата-аналарга сәер тоелуы мөмкин.) Кыз бала барыннан да бигрәк тышкы женес органнарын чиста тотарга өйрәтелергә тиеш. Моңа исә хатын-кызның бөтен гомере буенча эшләнә торган эш — женес органнарын һәр көн юып тору белән ирешелә. Күкрәк яшендәге кыз баланың женес органнарын жылы су агызып, мамык кисәге белән алдан артка таба, ягъни касыктан арт юлга таба юалар. Киресенчә эшләргә ярамай: тәрәт калдыклары женес органнарына кереп ялкынсыну процессы китереп чыгаруы мөмкин. Үсә төшкән кыз баланың женес органнарын юу жайсызрак: баланы тазга утыртсаң, женес органнарына пычранган су элэгәчәк. Шуңа күрә аны олырак хатын-кызлар юынган кебек чүгәләтергә һәм суны аска таба агызып юарга кирәк. Моңың өчен душтан файдаланырга була, тик су агымы артык көчле сиптермәсен. Кыз баланы түбәндәгечә юарга мөмкин:

кулны сабынлап юганнан соң, бу эш өчен махсус тотыла торган савытка (кувшинга, кружка яисә банкага) жылы су тутырыла, чиста мамык яисә марля кисәге алына;

кыз баланы таз өстенә чүгәләтергә, сул кулга сулы кружка, ә уң кулга мамык (марля) кисәге тотып, бала өстенә иелергә кирәк. Кружкадан су салып, мамыкны (марляны) сабынлап, шуның белән тышкы женес органнарын алдан (корсактан түбән) артка (арткы юлга) таба юалар. Юып бетергәч, ботларны һәм бот араларын махсус сөлге белән әйбәтләп корыталар.

Кыз баланы врач рөхсәтеннән башка нинди дә булса дару кушылган су белән юындырырга ярамай.

Юындыруны йокы алдыннан эшләү әйбәт була. Бала әкрелләп аңа шулкадәр күнегә ки, шуннан башка йоклы алмый башлый. 7—8 яшенә житкән кыз бала әнисенә (әбисенә) күзәтүе астында инде үзе юына ала. Ә 11—12 яшьтә, күрем күрә башлагач, кыз балага ха-

тын-кызларның шәхси гигиенасын әйбәт белүе генә житми, бәлки әлеге кагыйдәләрне жиренә житкереп үтәргә дә тиеш була: ул һәр көн женес органнарын юарга, айлык вакытында иртә-кич юынырга; моның өчен әйбәтләп юылган һәм үтүкләнгән үз сөлгең булырга, файдалана торган мамыгыңны стериль яисә бик яхшылап кайнатылган һәм үтүкләнгән марля белән төрергә, аларны пычранган саен алыштырып торырга кирәк. Аптекадан сатып алу мөмкинлегенә булмаса, кыз баланың үзен айлык вакытында файдалана торган поясны эшләргә өйрәтергә, ниндирәк трусик кияргә тиешлеген әйтергә һ. б. кирәк.

Айлык вакытында тәнне жылы су белән сабынлап юарга кирәген, моны ваннага баскан килеш кенә эшләргә икәннен, ваннага утырып юынырга, мунчага барырга ярамавын, су коенуның зарарлы икәннен һәм күрем календаре тотарга кирәклеге кыз балаларның күбесе белми. Уйласаң, ул файдалы эш бик гади: күрем күргән көннәренә гадәти табель-календарьга билгеләп яисә аерым кәгазь битенә яза барырга гына кирәк. Шушы календарьга карап, үзеңнең күрем күрү циклын исәпләп чыгаруы бик җиңел: элек узган күремнең беренче көненән алып аннан соңгы күремнең беренче көненә кадәр санарга гына кирәк (күрем күрү циклының белгәндә, алдан әзерләнеп торырга була һ. б.).

Кызганычка каршы, бар ана да кызларын бу кагыйдәләрне үтәргә үз вакытында өйрәтми. Шуңа күрә кыз балаларда күрем турында ялгыш караш туа. Кызларның күбесе бу хакта иптәш кызларыннан гына ишетеп белә. Бу исә гап-гади гигиена кагыйдәләрен бозуга китерә. Кыз бала күрем вакытында кулланырга ярамый торган әйберләрдән (кульяулыгы, кәгазь һ. б.) файдаланырга һәм үзенә саулыгына зыян китерергә мөмкин.

Женес органнарын чиста тоту кызлар өчен генә түгел, бәлки малайлар өчен дә бик мөһим. Аларга да бала чакта атнага кимендә 2—3 мәртәбә, ә егет булып жит-

кәч, поллюциядән соң һәрвакыт женес әгъзаларын юар-га кирәк.

Баланың тышкы женес органнарын шулай жиренә житкереп чисталап тору бик күп яктан әһәмиятле һәм ул организмның дәрәс үсешен тәмин итү өчен, женс теләкләрнең бик иртә уянуын булдырмас өчен, мастурбация (онанизм) гадәтләрен һәм женес органнарында төрлө ялкынсыну авыруларын кисәтү өчен дә файдалы. Кыз балаларның аналык жиңсәсендә олы хатын-кызларда була торган Додерлейн таякчыгы дигән микроб булмый. Ә алар файдалы микроблар: авыру тарата торган микробларның үсүен тоткарлыйлар. Баланы юньләп карамаганда, бот араларына пычрак, тузан утыра, тәрәт калдыклары элэгә. Киём ышкылганда, бала кулы белән кашыганда, арт юлны туалет кәгазе белән сөрткәндә женес иреннәренә эләккән пычрак гыйффәт пәрдәсенә барып житәргә һәм аның тишемнәре аркылы аналык жиңсәсенә һәм аналыкка үтеп керергә мөмкин. Тузан һәм пычракта авыру тудыра торган микроблар һәрвакыт була (Додерлейн таякчыклары булмаганлыктан, аларның үсеше тоткарланмый). Мондый шапшаклык кыз баланың женес органнарында ялкынсыну авырулары китереп чыгаруы ихтимал. Гонорея, трихомоноз белән авыручы кеше, баланы үз урын-жиренә яткырса, уртақ сөлге, мунчала һ. б. тотса, авыру йоктыра.

Кыз балаларның женес органнарындагы ялкынсыну авыруларының билгеләре нәкъ олы хатын-кызлардагыча була; иң беренче билге — күбекле, канлы, эренле, еш кына исле ак бүлендек килү. Женес иреннәре гадәттә кызара, бот һәм бот аралары пешегә, сигән вакытта сидек юлы авырта. Кайчак температура күтәрелә. Авыру бала начар йоклый, женес органнарының авыртуыннан һәм кычытуыннан зарлана. Кычытуга түзә алмыйча, бала женес органын кашый һәм нәтижәдә авыруны көчәйтә генә. Кайчакта кычытуның сәбәбе бөтенләй башка булырга да мөмкин. Мәсәлән, туры эчәкнең түбәнге

өлешендә яшәүче паразит суалчаннар — бабасырлар, тиредәге жыерчыкларга күкәй салу өчен, арт юлдан чыгучан була. Аларның кайберләре аналык жиңсәсенә үтеп керергә мөмкин. Мондый очракта ул урыннар бик каты кычыта, бала аны кашый, нәтижәдә күпләп ак килүне китереп чыгарган ялкынсыну процессы башлана.

Начар бүлендекләр килә башласа яки тышкы женес органнары кызарып һәм шешенкерәп китсә, балалар гинекологиясе белгеченә мөрәжәгать итәргә кирәк. Кызганычка каршы, кайбер аналар мондый очракта урынсыз оялу күрсәтәләр: башта ук гинекологка күренәсе урында, педиаторга яисә бүтән врачларга йөрәп, кадерле вакытларын югалталар һәм шуның аркасында кызларының сәламәтлегенә зыян китерәләр. Мондый авыруларның куркынычы шунда: алар дөвалавы шактый кыен булган хроник авыруларга бик тиз әйләнә. Үз вакытында дөваланса, авыру шактый тиз жиңелә. Дөвалау процедураларын, бу авыруның соңы бик начар бетә дип, баланы куркытулар белән алып бармаса кирәген шаять һәркем беләдер. Кайчакта бүлендек килүнең сәбәбе кыз баланың аналык жиңсәсенә эләккән чит әйбер (төймә, карандаш очы, кәгазь һ. б.) аркасында булуы ихтимал. Бу очракта да баланы гаепләп булмый: чиста йөрмәгән бала үзенә женес әгъзалары белән уйнарга, аны ярсытып торырга гадәтләнә.

Ир балаларда женес әгъзасының май бизләре бик күп сыекча бүлеп чыгарганга, сөннәтлек жыерчыгы очында әгъзаны ярсыта, ә кайчакта аның төрле ялкынсынуларын китереп чыгара торган тузан һәм пычрак жыелуы бар. Кайбер балаларда сөннәт жыерчыгы бик тар гына ачыла, әгъза очыннан ул берәз көч куеп кына кайтарыла (фимоз). Мондый хәлдә ялкынсыну күренеше (баланит) шактый еш очрый. Онанизм вакытында яки женес әгъзасы белән «уйнаганда», бала сөннәт жыерчыгын кайтаруы мөмкин, ә инде аны үз урынына төшерә алмаганда, бик авырттыра торган парафимоз дигән

авыру башлана. Бу очракта, һич кичекмәстән, балалар гинекологиясе буенча белгечкә мөрәжәгать итәргә кирәк. Қайвакыт мондый очракта операция ясатырга туры килә.

Күкәй янчыгы яисә женес әгъзасы кызарып, шешен-керәп торса, сигән чакта, йөргәндә яки йөгәргәндә авыртулар булса, сидек юлыннан берәр төрле бүлендек килсә, кичекмәстән врачка мөрәжәгать итәргә кирәк. Женес органнары авыруларын вакытында дәваламау бик куркыныч — киләчәктә баласыз калу кебек төрле катлаулануларга китерүе мөмкин.

Женес әгъзаларының имгәнүе турында да әйтеп узарга кирәк. Мәсәлән, кыз бала, берәр очлы әйбергә (кадак һ. б.) егылып, йөгәреп барганда, таяк, ботак яисә башка берәр очлы әйбергә бәрелеп женес әгъзасы иреннәрен, ә кайчакта хәтта гыйффәт пәрдәсен жәрәхәтләргә мөмкин, малайларда исә, велосипедтан егылып, баскыч култыксасыннан шуып төшкәндә бәрелеп, футбол уйнаганда туп тиеп һ. б. женес әгъзаларын я күкәй янчыгын зарарлау очраklары еш була.

Женес әгъзалары, бәрелгәндә яисә жәрәхәтләнгәндә, бик каты авырта, шул авыртудан хәтта балада шок булуы, сизмәстән сиеп жиберүе, тәрәтен тотмавы ихтимал. Мондый хәлләрдә олылар гадәттә каушап кала, баланы тиз генә чишендереп яткырасы, бәрелгән жирен карап, хирург белән киңәшәсе урында, егылу яки бәрелүнең сәбәпләрен яки гаеплеләрне ачыкларга керешә. Бәрелү я жәрәхәт нык булмыйча, тик пычранган гына очракта, ул төшне кайнаган жылы су белән юып чистартырга. Қан агып торса, берничә кат марлядан (бинттан) эшләнгән тампон куеп, канны туктатырга тырышырга. Аннары балага жылы чәй я кофе эчертергә һәм, әйбәтләп төреп, тизрәк врачка алып барырга кирәк.

Бәрелгән урын куркыныч кебек булмаса да, ата-ана баланы врачка күрсәтергә һәм аның киңәшләрен тотарга тиеш. Қыз баланың ата-аналары жәрәхәтләнү турында

врач биргән документларны, бигрәк тә гыйффәт пәрдәсәнә кагылышлы булганнарын югалтмыйча сакларга тиешләр. Мондый документның кыз кешегә киләчәктә кирәге чыгуы ихтимал. Қайчакта грелка кулланганда, тәнгә дару (мәсәлән, йод һ. б.) сөрткәндә, женес әгъзаларын пешергән очраklar була. Бу чакта кичекмәстән врачка — тире авыруларын дөвалаучы белгечкә мөрәжәгать итәргә кирәк.

Элек сифилис белән авырган ана йөклә вакытта туа-чак баласына бу авыруны йоктырса, ир һәм кыз балаларның да сифилис белән авырулары мөмкин.

Кыз балаларның кайвакыт айлыклары бозыла. Физик яктан сәламәт кызларның күрем циклы тиз урнашуын, ә инде еш авырган, зәгыйфь һәм ныгып житмәгән, ашаулары житешмәгән кызларның билгеле бер күрем циклы булмавын, күремнең озакка сузылуын, канның бик күп, яисә, киресенчә, бик аз килүен, ике күрем арасында канлы бүлендекләр күренүен алда язган идек инде. Қан килү озакка сузылганда, еш кына бил һәм эч авырта, гомуми хәлсезлек күзәтелә, баш авырта һ. б.

Авыртуны басар өчен, кайбер кызлар дару эчә, эч һәм билләренә грелка куя һәм ятып тора. Врач рөхсәтенән башка бертуктаусыз эчкән дару баланың сәламәтлегенә зыян китерергә, ә грелка кую кан килүне арттырырга мөмкин. Мондый чакта гадәти тормыш (озаклап йөрү, сикерү, йөгерүдән башка) белән яшәргә кирәк. Күремнәре нормаль булмаган кызларны врачка — балалар гинекологиясе буенча белгечкә күрсәтергә кирәк. Күрем циклы рәткә салыныр, еллар үтү белән барысы да узар дип көтәргә ярамый: бу күренешләр киләчәктә бала тудыру функциясенә төзәтеп булмаслык бозылуына гына китереп калмый, бәлки кешене бүтән житди авырулар (аз канлылык һ. б.) белән дә жәфалый. Шуна күрә күрем циклы рәткә салынып житкәнче, врачның кушканнарын жиренә житкереп үтәп, катгый төстә дөваларга кирәк.

Онанизмга каршы көрәштә дә еш кына врачның ярдәме кирәк.

Олыларның онанизмы — женес әгъзасын ярсытып, женси теләкне табигый булмаганча канәгәтьләндерү ул. Балаларда онанизм начар гадәт буларак барлыкка килә, ул гигиена тәрбиясенәң житешмәве, тыгыз киёмнең тынычсызлап, ярсытып торуыннан женес әгъзаларында үзенә бертөрле татлы тойгы уяну нәтижәсендә башланьрга мөмкин.

Бу хисне бер кат тойган бала, аны тагын булдыру өчен, женес әгъзасын яңадан ярсытырга тырыша, ягъни онанизм белән мавыга башлый. Қайчакта бу тойгыларның беренче тапкыр кузгалуына ата-ана үзе гаепле була: эрогенлы (бик сизгер) урыннарны — касыкны, колак артын, корсакның түбәнге өлешен, женес әгъзалары тирәсен, арт санны кытыклау яисә үбү шуңа китерә.

Қайбер балаларның тактадан эшләнгән таудан шуулары яки атланып уйный торган уенчыклар (ат, фил һ. б.) белән мавыгулары да бу урыннарның ярсуын китереп чыгара.

Онанизм белән мавыга торган мәктәпкәчә яшьтәге балалар үз яшьтәшләрен дә бу начар гадәткә өйрәтүләре ихтимал. Онанизм балаларның психикасына тәәсир итә: бала бик тиз кабынып китүчән була, кырыслана, онанизм белән шөгыйльләну өчен, ялгызы гына калырга тырыша. Онанизм женси үзәкләрне ярсыта, женси хисләрнең шактый иртә уянуына китерә.

Яшүсмерләрдә женси житлегү чорында бар нәрсә белән дә кызыксыну, бар эштә дә үзләренәң сәләт һәм көчләрен сынап карау теләге куәтле була. Алар үз-үзләрен, шулай ук үз женси тойгыларын аңларга тырышалар.

Үсешнең бик тиз бара торган бу чорында хис һәм фикерләр ныгып житмәгән вакытта начар үрнәк йогынты ясарга мөмкин.

Кызыксыну, янага омтылу, монарчы билгеле булмаган тойгылар начар үрнәккә иярүне китереп чыгара, ә соңыннан инде ул гадәткә әйләнә.

Женес әгъзаларын ясалма ярсыту нерв үзәкләренә өстәмә йөк була, нәтижәдә аларның вакытыннан алда тузуына китерә. Женес әгъзаларын бик еш ярсытып торганда, аларда кан күп туплана. Бу исә сыеклык бүлеп чыгара торган биздә, күкәй янчыгында, сидек юлының арткы өлешендә төрле ялкынсынулар китереп чыгара.

Кагыйдә буларак, яшүсмер онанизмнан соң үзен бик начар сизә, төшенкелеккә бирелә, аны үзенә рухи көчсезлегә аркасында бер минутлык хискә бирелүе борчый.

Мондый малай еш кына үзенә бу эшеннән ояла башлай, бу начар гадәтенә каршы көрәшәргә тырыша, әмма бу эш һәрвакыт уңышлы барып чыкмый, малай үз борчулары эченә йомыла, башкалардан читләшәргә омтыла, кырыслана, төшенкелеккә һәм пессимизмга жиңел бирелә.

Нервлылык һәм рухи киеренкелек, бер халәттән икенчесенә бик тиз күчү, ягъни бик нык хисләнүдән соң шундук төшенкелеккә бирелү әле болай да ныгып житмәгән, житлекмәгән бала организмына начар тәэсир итмичә калмый.

Онанизм — баланың көнкүрешендәге тәртипсезлекләр турында, аның чиктән тыш хискә бирелүчән булуы яки иптәшләренә начарлыгы турындагы сигнал ул.

Онанизм белән гадәттә көч һәм вакытларын кая куярга белмәгән, вакытында күз-колак житмәгән балалар мавыгучан була.

Онанизмның куркыныч ягы шунда: ул башта организмның көчен юкка сарыф иттерә, ә соңыннан сәламәтлекнең нык какшавына һәм психиканың житди бозылуына китерә.

Онанизм вакытында сперма сыекчасы артык күп чыга, ә бу исә организм өчен зарарлы. Үсмерләргә женес органнары һәм андагы нерв аппараты житлек-

мэгэн, ныгымаган була эле. Үз-үзлөрөн женси яктан бик еш ярсытып тору егет һәм кызларның гомуми үсешенә начар йогынты ясый, шулай ук киләчәктә, алар житле-геп житкәннән соң, бу хәл женси тормышның бозылуына китерүе мөмкин.

Балалардагы бу начар гадәтне булдырмый калу яисә бетерү алай авыр түгел. Эмма аңа вакытында игътибар итмәсәң, ул 7—10 яшьлек балаларда, ә инде аеруча женси яктан житлегү чорында яшүсмерләрдә гадәткә әйләнергә мөмкин. Бу исә аларның сәламәтлегенә зур зыян китерәчәк.

Онанизмга каршы көрәшкәндә, бик оста, сак эш итәргә, һәр балага аерым якын килергә, ике арада ышаныч булдырырга, шуннан соң гына сөйләшергә, киңәшләр бирергә, иң әһәмиятлесе, дәрәс физик һәм гигиена тәрбиясе бирергә кирәк.

Азмы-күпме канәгатьләнү ала торган кайбер гадәтләрне тыю каршы эшләү теләге тудыра. Шуңа күрә баланы, яшүсмерне кимсетә торган акыл сатулардан, кисәтүләрдән тыелырга кирәк. Куркыту, янау, кыйнау һич ярамый. Болай эшләү балада, яшүсмердә үз-үзенә һәм тирә-ягындагы кешеләргә карата ышанычны бетерүе бар.

Киләчәктә женси яктан нормаль тормыш алып бару өчен, женси житлегү чорында начар гадәтләргә иярмәүнең әһәмиятен тыныч кына, жайлап кына аңлатырга кирәк.

Мондый очракта шәхеснең психологиясен үзгәртү кирәк. Яшүсмерне аның өчен кызыклы булган, үзе ярата торган эшләр белән мавыктырырга кирәк.

Дәрәс сайланган китаплар, пионер яисә комсомол оешмасындагы берәр кызыклы эшкә тарту яшүсмерләргә тәрбияләргә бик булышчак.

Бу очракта, мөгаен, иң әйбәт врач — коллективтыр. Ул яшүсмернең тормышын кызыклы итәргә, аның дөньяга карашын киңәйтергә булышчак.

Үзендәге кимчелекне бетерү өчен, яшүсмер, кешеләрдән читләшмичә, иптәшләре арасында күбрәк булырга тырышырга тиеш. Ялгыз калу начар гадәттән котылырга комачаулый, аңа өнди генә.

Иптәшләр белән уйнау, кызыклы прогулкалар, табигатьтә булу һәм шулай ук күңеленә якын олы кешенен дуслыгы бу начар гадәттән зарарсыз гына котылырга ярдәм итәчәк.

Дисциплина ихтыяр көчен ныгыта, ә коллективтагы дусларча мөнәсәбәт, жәмәгатьчелек фикере иң актив һәм алдынгыларга, әйбәт егет һәм кызларга охшарга тырышу теләге уята.

Балалардагы онанизм күп ата-ананы борчий. Онанизмга каршы көрәш хәтта врач-психоневрологка да жиңел түгел. Балаларның бу начар гадәтен булдырмау жиңелрәк. Моның өчен бала, йоклаганда, кулларын юрган өстенә чыгарырга өйрәнсен; баланың бер уенчык белән мавыгуы икенчесенә үз вакытында күчерелсен; организмнан паразит бабасырлар чыгарылсын; тән һәм киём чиста йөртелсен.

Эчке киём-салымны, бигрәк тә трусик белән триконы, атнага ике-өч тапкыр, иң әйбәте көн дә алыштырырга кирәк.

Начар гадәتلәргә каршы көрәшү өчен, баланың бөтен организмын чыныктырырга. Спорт белән шөгылләнгән баланың нервлары ныгый, ихтыяр көче арта. Хәрәкәтчән уеннар уйнау, салкын су белән чылатып тәнне ышку, салкын душ алу, су коену организмны ныгыта.

Онанизм белән мавыга торган яшьләр тойгы-теләкләр кузгата торган фильмнар карамаска, андый китаплар укымаска тиеш. Тәэсирләндерә торган сөйләшүләр аркасында даими женси ярыну халәте дә, үз-үзенә женси канәгатьләндерү кебек үк, зарарлы күренеш.

Яшүсмерләр ризыгына борыч, керән, горчица кебек тәмләткечләр салмаска, куге чәй, кофе эчертмәскә кирәк.

Исерткечләр бирү бөтенләй тыела. Йоклар алдыннан күп ашарга ярамый. Онанизмны булдырмас өчен, балаларны олы һәм кече йомышларын вакытында һәм тиз башкарырга гадәтләндерергә кирәк.

Женси житлегү чорында үсмер кызларга карата махсус игътибар һәм дәрәс гигиена тәрбиясе таләп ителә. Мәсәлән, кызлар күкрәкне астан тотып тора һәм күкрәк читлеген кысмый торган уңайлы лифчик кияргә, резинкалы пояс йөртергә һәм хатын-кызлар туалетына хас әйберләренң үзләренә яраклы размердагысын кияргә тиешләр. Бу чорда кызларда гадәттә бөтен кешегә охшарга теләү бик көчле була. Соңрак бу теләк капма-каршы женестәгеләргә охшарга тырышуга әйләнә, ә инде берничә елдан аларның бары берсенә генә охшарга тырышу теләге өстенлек ала. Бу омтылыш аларның үз тышкы кыяфәтләре белән балаларча кызыксынуларында да чагыла: йөзнен, чәчнен матурлыгы, бетчә-мазардан, биткә төкләр үскәннән, ияк астына икенче кат ияк барлыкка килгәннән котылу юлларын эзләп, башларын катыралар. Бу чорда була торган гәүдә төзелешенң диспропорциясе дә (озын сыйрак, озын буй, симезлек яисә, киресенчә, ябыклык һ. б.) аларны зур борчуга сала.

Кайбер кызлар, үзләренң формалашып килә торган фигураларыннан оялып, балалык формаларын озаграк сакларга тырышалар. Алар фикеренчә, азрак ашасаң (кайчакларда ач торсаң), билеңне кысып бусаң, муеныңны сузып йөрсәң, шул житә булып чыга.

Үз-үзеңнән ризасызлык еш кына артык күпертелә, чөнки яшүсмерләр бар нәрсәгә кирәгеннән артык тәнкийть күзе белән караучан булалар. Кайчакта алар, бик кызыксынып, бер-берсен күзәтәләр, үз иптәш кызларына карата капма-каршы женестән булган берәрсенен илтифатын авыр кичерәләр, хәтта көнләшә дә башлыйлар.

Үзләрен килбәтсезгә, ямьсезгә санап һәм шул уйларынан борчылып, бик күп күренешкә тышкы кыяфәткә

тээсир итү ягыннан бэя биреп, кызлар ничек булса да чибэрлэнергә тырышалар. Иң элек аларга моның өчен чәчләрән кистереп, күпертергә, «модный» күлмәк кияргә, косметикага мөрәжәгать итәргә кирәк төсле күренә. Бу чакта иптәш кызлар тәкъдим иткән бар нәрсә дә эшкә жигелә: кемдер, кайчандыр, кемгәдер сипкелдән, бетчәдән һ. б. биргән киңәшләр барысы да файдаланыла. Үсмерләр дә шуңа охшаш хәл кичерә. (Тик аларда бу берәз сонрак күзәтелә.) Яшьләрне дуамал эшләрдән тыеп калу өчен, олыларның ашыгыч ярдәме кирәк: врач-дерматолог киңәشلәре бетчәләргә каршы көрәштә булышчак, тегүче-модельерлар, йөзәң килешле итеп, тыйнак, матур киенергә, ягъни кайсы төсләр ярашуына, ел фасылына, гәүдә төзелешенә карап һәм гигиена таләпләреннән чыгып, киём фасынын дәрәс сайларга өйрәтәчәк.

Шулай итеп, беренче карашка бик гади булып күренгән өлкә — бала тәрбиясе — ул үзе бер фән икән, ә фәндә вак нәрсәләр юк, вакытлар узду белән, бу эштәге һәр илтифатсызлык һәм саксызлык төрле күңелсезлекләргә китерүе ихтимал.

Яшәү режимы. Барлык ата-ана да яңа гына дөньяга килгән баланың гадәти булмаган шартларга яраклашу чорында киеренке көннәр кичерә. Бу адаптацияне — баланың тормышка яраклашуын жиңеләйтү өчен, ата-ана мәгълүм бер режим булдырырга тиеш: баланы билгеле сәгатьләрдә ашату, йоклату, уйнатып яткыру, һавага алып чыгып керү һ. б. Бала үскән саен, аның көндәлек режимы да үзгәрә, әмма режимның бала чактан салынган нигезе, ягъни организм эшчәнлегенә барлык формаларының билгеле бер ритм белән чиратлашуы кешенә гомеренә калырга тиеш. Баланы ритмны сизмәләргә өйрәтү алай бик авыр түгел — ритм кешенә табигатенә хас нәрсә. Бала үзенә тәкъдим ителгән режимга тиз күнә. Тик менә ата-анага һәм баланы карауда булышучыларга гына бу режимны жиренә житкереп

тоту бик авсат түгел: һава әйбәт чакта, баланы тыштан вакытында алып керәсе яисә кызыклы уеннан аерып аласы килми, яисә ашарга вакытында өлгертеп житкереп булмый. Баланың баш мие режимдагы төгәлсезлекләренә сендерә бара, шуңа күрә дә бала, үсә төшкәч, берәз гына соңга калып кайта, бүген эшлисе эшен кичектерә башлагач, режимны тоту тагын да кыенлаша. Әмма режим саклау балага яшәү өчен кирәкле реакция һәм рефлексларны булдыруда, төрле-төрле тышкы ярсыткычлар алмашып торганда да, саулыгын сакларга һәм ныгытырга мөмкинлек тудырачак.

Режимның иң мөһим өлеше — йокы. Аның дәвамлылыгы баланың яшенә бәйле: бала тәүлегенә 1 яшьтә — 15 сәгать, 2 яшьтә — 14, 5 яшьтә — 13, 7 яшьтә — 12, 10—12 яшьләрдә 10—11 сәгать йокларга тиеш һ. б. Мәктәпкәчә яшьтәге һәм мәктәп яшендәге балалар гадәттә билгеле бер сәгатьтә (балалар бакчасына яисә мәктәпкә китәр алдыннан) торалар. Тик йокларга гына билгеле бер вакытта сирәк яталар: йоклар алдыннан аларның кичектергесез эшләре килеп чыга, ә ата-ана шәфкатьле. Нәтижәдә баланың даими рәвештә йокысы туймый башлый, һәм ул калган йокысын якшәмбе көннәренә яисә каникул вакытында озаграк йоклап, урын өстендә аунап «тутырырга» тырыша. Йокы туймау сүлпәнләндерә, хәлсезләндерә яисә, киресенчә, ярсыта, тегесе дә, бусы да организмның гомуми үсешенә начар тәэсир итә. Мондый режим нормаль йокыны тулыландырмый гына түгел, бәлки балаларда ялкаулыкны китереп чыгаруга да булыша.

Дөньяга килүенә беренче көннәреннән алып, баланы бар эштә — туклануда, хезмәттә, ялда, хәтта олы һәм кече йомышларын башкаруда да ритмга өйрәтергә кирәк. Олы һәм кече йомышны теләсә кайчан башкару, башта баланың штанын пычратудан сакларга өйрәтергә комачауласа, соңрак бу органнарның (эчәклек һәм сидек капчыгының) эшчәнлегә бозылуына китерүе ихтимал.

Кыз балаларда (билгеле инде, хатыннарга да) аналык нәкъ менә туры эчәклек белән сидек капчыгы арасына урнашкан. Бу органнарның берсе даими рәвештә тулып торса, аналык я алга таба кысрыклана (туры эчәк тулып торганда) яисә, киресенчә, артка таба кысрыклана (сидек капчыгы тулы булганда), инде аларның икесе дә тулы булса, аналык вертикаль юнәлештә үзгәрә.

Кайчак шулай да була: баланың этисе яисә семьядагы бүтән кешеләр баланы еш кына үз яннарына алып ятучан була яисә апалы-энеле бергә йокларга рөхсәт итәләр. Олы кешенең балага төрле авыру йоктыруы мөмкин. Моннан тыш, баланың олылар белән бергә йоклау гадәтәе жеңси хисләрнең иртә уянуына да китерә.

Тәүлекнең мәгълүм сәгатьләрендә аерым чиста урын-жирдә иркен йокы күлмәге киеп йоклау көн буена сарыф ителгән энергияне кайтара.

Бала өчен көндезен иң әйбәт ял — хәрәкәтчән уеннар, физкультура һәм спорт белән шөгыльләнү. Бала организмын ныгытуда физкультура һәм спортның әһәмиятен нинди ата-ана гына белми икән? Ата-аналарның күпчелеге, һава, су һәм кояштан файдаланып (бүлмәдә һава ванналары, тышта саф һавада булу һ. б.), балаларын саклык белән һәм системалы рәвештә чыныктырырга тырышалар. Әмма баланың сәламәтлегенә һәм үсешенә (атап әйткәндә, жеңси яктан үсешенә) өчен актив хәрәкәтләрнең, физкультура һәм спортның әһәмиятле булуына күбесе ышанып житми. Киресенчә, кайбер ата-аналар, әби-бабайлар балаларының шыпырт кына бер жирдә утырып уйнавын, тыныч уеннар уйнавын, сикереп-йөгереп йөрмәвен телиләр. Бу исә баланың сүлпәнләнүенә китерә. Баланың хәрәкәтләнүгә, йөгереүгә, сикерүгә булган омтылышларын тоткарлап, ата-аналар, үзләрдә сизмәстән, балаларының сәламәтлегенә һәм үсешенә зыян китереп кенә калмыйлар, бәлки үзләрен зур дулкынлану һәм борчылуларга дучар итәләр.

Физкультура һәм спорт — женси киеренкелекне бетерү өчен иң әйбәт чара: көчле, сәламәт тән энергиянен чыгарылуын тели. Хәрәкәт, физик күнегүләр бөтен мускул системасының чыныгуына, гәүдә торышының дәрәс формалашуына ярдәм итә, бөтен организмның гармонияле үсешенә булыша. Гимнастика баланын тормышына дөньяга килүенә беренче айларынан ук керә. Әкрәләп гимнастика катлаулана һәм аның белән шөгыльләнү арта бара: төрле хәрәкәтчел уеннар өстәләр, ә мәктәпкәчә яшьтәге балаларны инде йөзәргә, чангыда йөрәргә, тимераякта шуарга өйрәтәләр. Аннары бадминтон, теннис, волейбол, баскетбол, ә мәктәп яшендәге малайлар өчен тагын хоккей белән футбол да өстәләр. Яшенә һәм жөнәсенә туры килә торган авырлыктагы жәяүләп йөрүләр, туризм аеруча файдалы.

Кызганычка каршы, балалар һәм яшүсмерләр, үз көчләренә чамасын беләп бетермичә, спортның алар өчен әле иртә булган төрләре белән мавыгалар. Ата-ананың бурычы — үз вакытында кинәш итү, төзәтү. Бу бигрәк тә шунның өчен әһәмиятле, чөнки гәүдәләре әле формалашмаган, физик яктан житәрлек ныгымаган яшүсмерләр (гадәттә женси житлегүдә тоткарланулар нәкъ шундыйларда була да) физкультурадан, аеруча спорттан качарга тырышалар. Ә уйласаң, физкультура белән спорт бу очракта — бердәнбер дәва. Әйттик, бер кыз бала еш кына үзенә ябыклыгынан, буйга артык үсүеннән жәфалана һәм, кечерәк буйлы булып күренер өчен, бөкрәеп йөри башлай, икенчесе киресенчә, үзен бик симез итеп тоя һәм ябыгыр өчен әледән-әле «ач тора». Тегесе дә, бусы да үсмер теләгән зифалыкны, гәүдә матурлыгын бирми; мондый очракта физкультура белән даими рәвештә шөгыльләнү генә (әлбәттә, тренер житекчелегендә) ярдәм итә алачак.

Физкультура — гәүдәнең матурлыгын саклар өчен иң әйбәт чара. Гәүдәнең килешлелеге — гәүдәнең матур, зифа булуы эчке органнарның (шул исәптән жөнәс ор-

ганнарының) дәрес үсеше һәм дәрес урнашуы өчен ниге. ул. Гәүдә торышының бозылуы гадәттә бик иртә, бала чакта, еш кына ата-ананың үз гаебе аркасында була. Алар, балаларының үзе утыра башлавын, басуын, йөрөп китүен көтеп ала алмыйча, 2—3 айдан ук инде баланы кулга, ә аннары мендәр өстенә утыртырга, аягына тизрәк бастырырга тырышалар. Кайбер ата-аналарның баланы бер кулыннан тотып йөртүләре дә гәүдә матурлыгы бозылуына китерә. Бала бер ягына янтаеп, кыегаеп атларга мәжбүр була. Бу очракта сөлге яисә махсус тасма куллану иң әйбәте. Гәүдә зифалыгын боза торган икенче сәбәп — кече яшьтәге мәктәп балаларының авыр портфель күтәрәп йөрүләре һәм өстәл янында дәрес утырмаулары. Балаларда арка һәм муен мускуллары бик йомшак, ягъни чыныкмаган була, шуңа күрә мәктәпкәчә яшьтәге балаларны дәрес утырырга (арка белән урындык артына әйбәтләп сөялеп утырырга, аякларны селкетмәскә, ә бәлки идәнгә яки подставка өстенә куярга һ. б.) өйрәтү бик зарур.

Шулай итеп, физик хезмәт, физкультура, спорт, шулай ук төрле биюләр физик эшкә керә. Алардан башка баланың бар яктан килешле булып үсүе һәм җенси яктан житлегүе мөмкин түгел. Ә шул ук вакытта семьяда балаларга еш кына даими физик эш юк (өйдәге бар эшне дә әниләр һәм дәү әниләр башкаруга этиләр, дәү этиләре сүзсез генә риза булып торалар). Мондый семьялардагы балалар физик эшкә яраклашмыйча үсә. Бу хәл исә барыннан да элек җенси инстинктларның шактый иртә уянуына, игътибарны туып килә торган җенси тойгы һәм хисләргә туплауга, онанизм белән мавыгуга һәм, җенси формалашуның эзлекле үсешен тоткарлап, төрле тайпылышларга китерә.

Яшәү ритмының состав өлеше булган хәрәкәт активлыгы бөтен режимны бергә бәйли, ә режим исә үзенә барлык состав өлешләре белән кешенең озак еллар буена сау-сәламәт яшәвенә нигезен тәшкил итә.

Балаларны авырулардан сакларга. Ата-ана өчен баланың авыруыннан да кыен хэл бар микән? СССРда сәламәтлекне саклау системасы балаларга медицинада мәгълүм булган теләсә нинди ярдәмне күрсәтергә мөмкинлек тудыра, ин әһәмиятлесе шунда, врач һәм медицина сестраларының булышлыгы белән ата-ана, бала организмын чыныктыру өчен, аның дәрәс үсешен тәэмин итү өчен, кайбер авырулардан саклап калу өчен, күп нәрсә эшли ала. Баланы сагалый торган авырулар аз түгел, әмма аларның барысын да яисә күпчелеген күздән кичерү безнең вазифага керми. Без бары тик теге яисә бу яклап женси эшчәнлекнең өлгерүенә һәм үсүенә тәэсир итә торган авыруларга гына тукталып китәрбез.

Ин беренче чиратта, болар — йогышлы авырулар. Дифтерия, скарлатина, свинка (колак арты бизе шешү) хәзерге вакытта сирәк очрый. Алар эчке женес органнарында ялкынсыну авыруларының килеп чыгуына сәбәп булулары ихтимал.

Кыз балаларда дифтерия авыруы женес органнарының лайлалы ярыларын ялкынсытырга һәм нәтижәдә аналык жинсәсә, хәтта кайчак аналык көпшәсенә то-малануы мөмкин.

Бик кечкенә чакта яки мәктәпкә кәргәнче уздырган йогышлы авырулар, шулай ук сулыш юлларының бик еш ялкынсынып торуы, ангина, грипп авырулары женси житлегү чорында үзләрен сиздерүләре бар. Бу авырулар, шулай ук житәрлек дәрәжәдә тукланмау һәм кайбер башка факторлар кайчакта женси яктан житлекмәүгә — инфантилизм дип аталган күренешкә, күремнең озак булмавына, ә киләчәктә еш кына баласыз калуга яки йөкле вакытта карындагы баланың төшүенә, ягъни хатын-кызны ана булу бәхетеннән мәхрүм итүгә китерүе мөмкин.

Йогышлы авыруларның күбесенә каршы көрәшү юллары мәгълүм. Боларга прививкалар гына түгел, бәлки организмны чыныктыру да керә. Бала тудыру йортында

ук балага туберкулезга каршы прививка (БЦЖ дип аталган прививка) ясыйлар. Аннары поликлиникада — консультацияда — чәчәк авыруына каршы, дифтериягә каршы, коклюшка (бума ютәл), кызамыкка каршы, полиомиелитка һәм тагын кайбер авыруларга каршы прививкалар ясыйлар. Кызганычка каршы, кайбер ата-аналар, балаларын кызганган булып, прививка ясатмыйлар, ә кайберләре ваемсызлыклары аркасында ясату вакытын оныта. Тегеләре дә, болары да үзләренен һәм башка балаларның сәламәтлеген куркыныч астына куя: бала, авырып китә калса, тирә-күршедәгеләргә авыру йоктыру чыганагы була бит. Нинди генә авыру булмасын, баланың организмын какшатып, теге я бу дәрәжәдә аның гомуми үсешенә, шүл жәһәттән жеңси яктан житлегүенә дә, гәрчә авыру жеңес органнарына турыдан-туры кагылмаса да, йогынты ясавы һәркемгә мәгълүм. Аларның зарары үсмер кызлар һәм егетләр жеңси тормыш белән яши башлагач аерата күренә.

Жеңси тормышны иртә башлауның куркынычы нидә соң?

Үсмер чакта жеңси тормыш алып бару ныгып житмәгән организм өчен авырга килә.

Яшьлек — белем туплау, профессия үзләштерү вакыты ул. Нәкъ шушы чорда инде кешенен физик һәм акыл үсешенә зур көч сарыф ителә.

Бу яшьтә каты киеренкелек, талчыгу, йокы һәм туклану режимының бозылуы күңелсезлекләргә, житди авыруларга китерергә мөмкин.

Физик көч туплыйсы урында жеңси тормыш белән яшәү яшь кешене арыта, аның организмын какшата, үсешен тоткарлый һәм аның бик иртә сулуына, рухы төшүенә, ә соңрак, балигъ булгач, импотенциягә — жеңси көчсезлеккә китерүе ихтимал.

Кызлар исә, кагыйдә буларак, иртә башлаган жеңси тормышлары бәрабәренә гинекологик авыруларга, төрлө төрле ялкынсыну процессларына тап булалар.

Яшьли башланган женси тормыш күпчелек очракта никахсыз, очраклы бәйләнешкә керүләрдән гыйбарәт була. Ә бу исә саулыкны гына түгел, психиканы да нык какшата.

Очраклы танышкан кеше белән мавыгу, аның белән женси бәйләнешкә керү кызларны авыр кичерешләргә, кимсенүләргә дучар итә, оятка калдыра, еш кына хәлләрдә хәтта балага узыла. Үзенә жиңел карашының нәтижәсен кешеләрдән яшерергә тырышып һәм йөкләктән котылырга теләп, кыз кеше аборт ясатырга мәжбүр була. Беренче мәртәбә йөккә калганда, ныгып бетмәгән организмы белән аборт эшләтергә жыену — бик куркыныч эш. Аборт ясаганда, аналыкның лайлалы ярысының өске катлавы, мускул тукумасы, нерв жепселләре һәм кан тамырлары зарарланып калырга мөмкин. Кайчакта аналык көпшәләрендә ялкынсыну процессы килеп чыгуга да шул сәбәпче була. Көпшәләр томалана. Нәтижәдә хатын-кыз балага уза алмый һәм гомерлеккә баласыз кала.

Кыз кеше, аборт ясатмаса да, чыныгып житмәгән организм кичерә торган иртә башланган женси тормыш аңа ана булгач үзенә дә, яңа туган баласына да зур зарар китерүе ихтимал.

Житлегеп житмәс борын башланган женси бәйләнешләрдә бик сирәк очракта гына үзара аңлашу, яратышу хисе булырга мөмкин, ә мәхәббәттән башка женси якынлык кылу кешене түбәнсетә, кимсетә, чын мәхәббәт вакытында була торган шатлыктан, рухи күтәренкелектән мәхрүм итә. Бер минутлык ләззәткә бирелә торган яшь кешеләр чын мәхәббәткә сәләтсез һәм аңа лаек булмыйлар. Бу хәл кешенә психикасында бигрәк тә авыр эз калдыра.

Мәхәббәттән мәхрүм калу — тормышыңның якты киләчәгеннән мәхрүм калу, илһамланмау, дәрәжәләнмәү, шатланмау, куанмау дигән сүз.

Моннан тыш, очраклы женси бәйләнешкә керүләр — гадәттә женси якынлык кылганда элэгә торган венерик авырулар йоктыруда иң төп сәбәпләрнең берсе.

Бозык, тотнаксыз, азгын кешеләр женси тормыш белән бик иртә яши башлауларын, имештер, кешенең табигате шуны таләп итә, имештер, тыелып тору сәламәтлек өчен зарарлы дип, акламакчы булалар. Бу кешеләр, никахка кадәр сафлыгынны саклау — хорафатларга ышану ул, дип саныйлар.

Шулай микән соң ул?

Кеше примитив женси инстинкттан бик күпкә өстен. Кеше инстинкт белән идарә итә алырлык акылга һәм ихтыяр көченә ия, ул мәхәббәтнең кешене илһамландыра торган бөөк көч икәнен дә яхшы белә. Кеше өчен женси якынлык кылу физиологик теләкне үтәү генә түгел, бәлки мәхәббәтне белдерүнең ачык күренеше дә ул.

Кеше өчен акыл беренче урында тора, үзенең физиологик теләкләрен жәмгыять, эхлак нормалары, эхлаклылык таләпләренә жаваплылык хисе белән яраштыру кешенең акылына бәйле.

Женси тормыштан тыелып торуның зыяны турындагы фикер — уйдырма. Тыелудан бернинди авыру да яки берәр төрле зарарлану да килеп чыкмый.

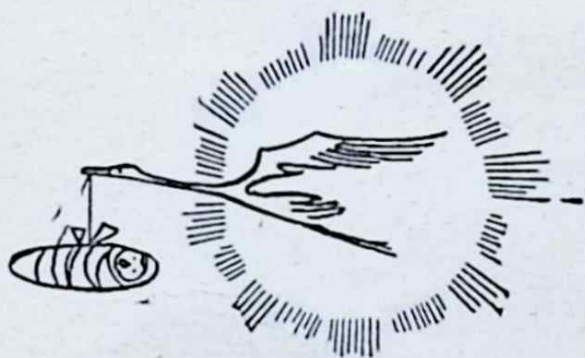
Белгечләрнең күбесе яшь кешеләргә 24—25 яшьләргә кадәр женси тормыштан тулысынча тыелу зарарлы түгел дип исәпли; аны хәтта файдалы, диләр. Тыелып торганда, канга женес гормоннары күп керә. Ә бу хәл исә организмның гомуми тонусын күтәрергә булыша, чыдамлылыкны, эш сәләтен арттыра, организмның әйбәтрәк формалашуына ярдәм итә.

Женси тормыштан тыелып тору кешенең физик һәм рухи үсеш чорын озынайту дигән сүз; ә инде бик иртә башланган женси тормыш сәламәтлегенә дә, матурлыгынны да, ижади үсеш мөмкинлекләренә дә куркынч астына кую ул.

Кызыклы ижади хезмэт, спорт, яраткан эш белән шөгыльләнүче кеше женси яктан тыелудан авырлык сизми. Кешенең рухи тормышы баерак булган саен, анын интереслары да кинрәк, женси хисләрен идарә итү дә шулкадәр жинелрәк була. Андый кешене очраклы женси мөнәсәбәтләрдән әхлак һәм этик нормалар гына тыеп тормый, гомумән, акыл сайлыгыннан һәм эшсезлектән килеп чыга торган сәламәт булмаган омтылышлар анда тумый.

Гаилә бәхетенә килгәндә исә, анын шатлыгы да, борчуы да бала туу белән үзеннән-үзе килә. Бала тәрбияләү — ата-ананың бик җаваплы бурычы. Шуңа күрә алдагы бүлекне шул темага багышлыйбыз.

МЭКТЭПКЭЧӨ ЯШЫТӘГЕ ҺӘМ КЕЧЕ ЯШЫТӘГЕ МЭКТЭП БАЛАЛАРЫН ТӘРБИЯЛӘУ



Кайбер ата-аналар жеңси тәрбияне кыз һәм малайлары нүчү чорына кергәч кенә башларга кирәк дип исәплиләр. Бу — ялгыш фикер. Баланы беренче көннәреннән үк тәрбияли башларга кирәклеге бик күптәннән мәгълүм хакыйкәт.

«Кеше балалыктан башлана. Шәфкатьлелекнең нигезе бала чакта салына. Бары тик еллар узгач кына игелек орлыкларының тишелеп чыкканлыгы яисә аны чүп үләннәре басып киткәнлегә беленер. Тормышка нинди кешенең аяк басканы һәм безнең жәмгыятебезнең члены булып киткәне бары тик киләчәктә генә күренер. Безнең һәркайсыбызның бурычы — игелек орлыклары тишелеп чыгуына булышу»¹.

Мәктәпкәчә яшыйтәге һәм кече яшыйтәге мәктәп балаларының яшый үзенчәлекләрен искә алып, дәрәс педагогик мөнәсәбәт булдыру, балаларда начар гадәтләренә кисәтә торган гигиена таләпләрен дәрәс кую, балаларның сорауларына акыллы җаваплар бирү, тәртипкә өйрәтү — бу чорда бала тәрбиясенең иң мөһим факторлары менә шулар.

¹ С. Михалков. Все начинается с детства. М., «Педагогика», 1972, 7 бит.

Балаларда кечкенәдән үк ихтирамлылык, туры сүзлек, намуслылык, тыйнаклык, мөстәкыйльлек кебек сыйфатларны тәрбияләү бик әһәмиятле.

Күмәк эш итү, бер-береңә булышу, бүтән балаларның, үз иптәшләрәңнең теләкләре, фикерләре белән исәпләшү хисе тәрбияләүнең дә әһәмияте зур. Малайларны бик яшътән үк кызларны якларга, аларга урын бирергә, ишектән кергәндә алга уздырып җибәрергә, авыр физик эш вакытында булышырга өйрәтергә кирәк. Малайларның мондый мөнәсәбәтләре, алар женес мәсьәләләре белән кызыксына башлаганчы ук гадәткә керсә, бик әйбәт була.

Женси яктан дәрәс тәрбияләүдә игътибарга лаек моментларның берсе — балаларда женси теләкнең, сексуаль хиснең иртә уянуын булдырмау. Семьяда әйбәт мөнәсәбәт — балаларның женси яктан иртә өлгерүләрен тоткарлый торган төп шарт. Ата-ананың шәхси үрнәге, бер-берсенә мэхәббәте, үзара ихтирамы, балаларны яратулары, апа-абый, эне-сеңелләр арасындагы дусларча мөнәсәбәт — болар барысы да баланың әхлак ягыннан дәрәс тәрбияләнүе өчен бик кирәкле шартлар.

Бу яшътә малайлар да, кызлар да файдалы булырга, туганнарына ярдәм итәргә тырышалар. Ата-аналарга карата туган бу изге хисләрне якларга, аларның ныгып калуына булышырга кирәк. Ата-ананың үз-үзен тотышы мондый изге хисләрнең ныгуына булышсын, бу исә эти кешенең балалар әнисен бар очракта да ихтирам итүендә, ананың тормыш-көнкүрештә тоткан зур роленә, шулай ук балага тормыш бирүче кеше булуына игътибарны юнәлтә алу осталыгында күренә. Ана да, җае чыккан саен, балаларда этиләрәнә карата туып килә торган ышану, ихтирам һәм хәтта соклану хисен якларга, үстерергә тиеш.

Баланың женси яктан дәрәс җитлегүе аның гомуми физик үсүе белән тыгыз бәйләнгән. Шуңа күрә бала

организмын даими гимнастика, кояш, һава һәм су ярдәмендә акрынлап чыныктыру бик мөһим.

Яшенә ярашлы режим тоту һәм, аеруча кыш көнө, төрлө-төрлө витаминнарга бай булган югары калорияле җиҙык белән туклану хаҡында да онытмаска кирәк.

Балаларны, бигрәк тә мәктәпкәчә яшътәгеләрен, йогышлы авырулардан саклауның әһәмиәте зур. Бу авырулар организмның каршы тору сәләтен киметәләр һәм алар еш кына җенси яктан җитлегүне тоткарлауга китерә торган катлауланулары белән аеруча куркыныч.

Кешенең дөньяга килүенә кагылышлы сорауларны балалар бирә башласа, ата-аналарның күбесе борчыла. 2,5—3 яшъләрдә, ә кайчакта соңрак та бала «Балаларны кайдан алалар?», «Мин элек кайда идем?» кебек сораулар бирә башлай.

Балаларны, җенси өлгерү чорына кергәнче үк, җенси яктан тәрбияли башларга кирәк. Бу чорга кадәр балада граждандык бурычы, үз эш-кыланышларың өчен җаваплылык, кешеләргә карата мөхәббәт һәм ихтирам кебек төшенчәләренең тәмам формалашып җитүе бик мөһим.

КЕЧЕ ЯШЪТӘГЕ МӘКТӘП БАЛАЛАРЫ

Мәктәптә тәнәфес ваҡытында берәз ғына басып торыгыз һәм беренче класс укучыларын күзәтегез. Алар тыелгысыз, алар каядыр ашыга, туктаусыз этешә-төртешә, нидер кычкыра. Мәнә бер шугы, качып кына килеп, бер кызының чәченнән тарта, аннары малайлар артына поса, шуннан, хәйләле генә елмаеп, кызы күзәтә.

Кызының күзләрен яшь каплай, тик әлегә наянны күрәп алуға, ул кинәт кызарып чыга һәм шундук үзен җәберләгән малайға ташлана. Аның артынан, дусларын яклашырга теләп, классташ кызлары ыргыла... Укытучының катнашуы ғына низагны туктатып кала: «Малай-

лар, сөз бит булачак ирләр, кызлар белән сугышырга оят түгелме сезгә!»

Әмма кызлар белән малайлар арасындагы бу тискәре, ямьсез мөнәсәбәтне кече яшьтәге мәктәп балаларының башлангыч чорына хас күренеш дип санарга ярый. Бу — семьяда ялгыш тәрбияләнүнең нәтижәсе.

Кече яшьтәге мәктәп балалары хәрәкәтчән, кеше белән тиз аралашучан, шат табигатьле, ярдәмчел, укытучы кушканны шундук үтәргә торалар. Бу эш, әгәр ул жәмәгать тәртибендәге эш булса, аны шундук төркемнәре белән бердәм башкарырга тырышалар.

Бу чорда ата-ананың төп педагогик бурычы нидән гыйбарәт соң? Иң элек бу яшьтәге балаларның физиологик һәм психологик үзенчәлекләрен белергә һәм истә тотарга, аларның дәрәс үсешенә ярдәм итәргә, төрле яраксыз гадәтләренә вакытында кисәтергә, малайлар белән кызлар арасында дәрәс мөнәсәбәт, иптәшлек хисе һ. б. тәрбияләргә кирәк.

Бу чорда ата-ана һәм укытучыларның бурычы укучы баланың күп нәрсәне аңлавына ярдәм итү белән генә чикләнми, бәлки яңа тормыш шартларына һәм яңа вазифаларга аны әзерләүдән дә гыйбарәт була.

Мәктәпкә кергәч, бала бик күп яңа, кызыклы нәрсәләр белән таныша, иң мөһимнәрен аерырга, чагыштырырга һәм аермасын күрергә өйрәнә. Балада логик анализ ясау сәләте туа. Мондый анализдан башка бернинди уку материалын да үзләштереп булмый. Димәк, бу яшьтә чынбарлыкка карата шактый аңлы, актив мөнәсәбәт үсә. Шуңа күрә мәктәп баласы һәркемгә, аеруча ата-аналарына бик күп сорау яудыра: «Ничек?», «Нигә?», «Ни өчен?» һ. б.

Кече яшьтәге мәктәп балаларының иң мөһим билгесе, — дип яза Л. С. Выготский, — аларның зинһенгә алуында. Бу исә мәктәп баласының әйләнә-тирә белән мөнәсәбәтендә күренә. Бу «үсеш шартлары» кече яшьтәге мәктәп баласының психологиясендә билгеле бер эз

калдыра. Балаларның зиһенгә алу сәләтләре генә түгел, бәлки аларның игътибары да үзгәрә, ул тагын да тотрыклырак була бара.

Мәктәп бусагасын беренче атлап кERGән көннән үк балалар яңа шартларга элэгә. Бәлки бала моңа кадәр семьяда ни теләсә шуны эшлэгәндер, «нәни» булганга бар нәрсәдә дә аңа юл куйганнардыр.

Мәктәптә исә укытучы балаларның барысына да бердәй таләпчән була һәм аларның акыл эшчәнлеген ижтимагый-файдалы эшкә юнәлтә. Укытучы әле моңа тиз генә ирешә алмый, чөнки семьядагы тәрбиягә карап, балаларның холкы да төрлечә, хәтта кайберләренең артык үпкәчән булулары да ачыклана.

Мәктәпкәчә яшьтәге чорда үз балаларын әхлакый тәрбия нигезләренә өйрәтмәгән ата-аналар да еш очрый әле, алар игътибарларын балаларының физиологик ихтыяжларын канәгатьләндерүгә генә юнәлтәләр. Мондый балаларның башында бары бер генә уй: ничек тә булса тәмлерәк ашау, кырын ятып әкият тыңлау, телевизор, кино карау фикере генә ныгып кала. Балада үз-үзен генә ярату, үз теләкләрен генә бар нәрсәдән өстен кую менә шулай башлана да инде.

Мәктәптә коллектив белән аралашу, әкреләп, баладагы мондый сыйфатларны юкка чыгара, яңа, уңай ижтимагый мөнәсәбәтләр, иптәшлек хисләре тәрбияли.

Кече яшьтәге мәктәп балаларын күзәткәндә, алар арасында иптәшлек мөнәсәбәтләре ничек тууы ачык күренә. Башкаларга ярдәм кулы сузу, мәсәлән, онытучан иптәшенә бозгыч, ручка, карандаш биреп торугына түгел, бәлки, бергәләп, классны жыештыру, дежур торун. б. эшләр дә балаларда бер-берсенә карата уңай хисләр уята.

Иптәшенең, дус кызыңның ярдәме күңелнең язылмаган законы буенча эш итәргә мәжбүр итә. Шуларавешчә, кечкенә кеше коллектив эчендә иптәшлек, дуслык мөнәсәбәтләренең ни икәнен белә башлый.

Женси тәрбия, аеруча бу яшьтә, әхлак тәрбиясеннән аерылгысыз. Иң элек ул ир һәм кыз балалар арасында иптәшләрчә мөнәсәбәт тәрбияләүдән башлана. Оялчанлык, тотнаклылык, һәрчак ярдәм итәргә әзер тору сыйфатларына өйрәтүгә зур игътибар бирергә кирәк.

Мондый кешелек сыйфатларын ничек, кайда һәм нинди шартларда тәрбияләргә кирәк соң?

Барыннан да бигрәк кызың яисә малаең янына килүче классташларын һәрвакыт ачык чырай белән каршы алырга кирәк. Бу — килүчеләргә генә түгел, «хужага», ягъни баланың үзенә дә бик күнелле була. Кырыс холыклы, кеше белән аралашмаучан балалар янына иптәшләрен чакыру аеруча файдалы.

Тәжрибә күрсәткәнчә, балаларны бергәләшеп уйнаулар, уртақ омтылышлар якынайта, дуслаштыра. Бу исә кечкенә кешенең холкын чыныктыруда уңай чагылыш таба. Ата-ана, малайлар белән кызларның матур аралашуларын булдыру өчен, күп төрле сәбәпләр таба алалар. Болар — туган көннәрне уздыру, бергәләшеп, музейларга, кинотеатрларга, күргәзмәләргә һ. б. бару.

Шул рәвешчә, уртақ омтылышлар, уртақ бурычлар барлыкка килә. Олылар бу омтылышларны дәрәжә юлга юнәлтергә тиешләр, чөнки бу чор — кече яшьтәге мәктәп балалары арасында дәрәжә һәм хөрмәткә лаек мөнәсәбәтләр тәрбияләү өчен иң уңай вакыт.

БАЛАЛАРНЫҢ СОРАУЛАРЫ ҺӘМ АТА-АНАЛАРНЫҢ ҖАВАПЛАРЫ

Дөнъяны актив танып белергә керешкән кечкенә балаларының исәпсез-хисапсыз сораулары белән ата-ананың кайсы гына таныш түгел икән?

— Әнием, кар каян төшә?

— Дәү әни, кояш кая качты?

— Әнием, балаларны каян алалар?

Сорауларга җавап бирергә кирәк. Соңгы сорауга да белеп һәм тыныч кына, бернинди тартыну күрсәтмичә җавап бирергә кирәк. Бала өчен ул, башка сораулар кебек үк, гадәти сорау. Инде бала олыларның уңайсызланып калуын һәм бу сорауга җавап бирергә теләмәвен сизсә («башны катырма әле, сиңа әле боларны белергә бик иртә, син бик кечкенә әле!»), ул ата-анасына ышанмый башлый, нәтижәдә алар бервакытта да үз балаларының якын дусты, киңәшчәсе була алмаячаклар. Киресенчә, бала үзенең ата-анасы иң якын кешесе булуына, аларның теләсә нинди сорауга һәрвакыт җавап бирә алуына һәм шуңа әзер торышына ышансын. Бу, әлбәттә, балаларны җенси яктан дәрәҗә тәрбияләүдә төп принцип булып тора. Игътибар итсәң, дәү әниләр, хәтта әниләр дә, кыз һәм улларының «Балаларны каян алалар?» дигән сораына гадәттә дәрәҗә җавап бирмиләр, шулай яшереп, олылар киләчәктә баланың мондый мәгълүматларны «күпне белүче» кешеләрдән сорашып белүенә юл калдыралар.

Кайбер ата-аналар, четерекле темага сөйләшүдән качу өчен, «ләкләк» яисә «кәбестә» хакында әкиятләр уйлап чыгарырга керешә. Тик мондый «әкиятләр» балаларны бик аз вакытка гына канәгатьләндерәчәк бит.

Балалар бик күзәтүчән, булган һәр яңалык белән бик кызыксыналар, шуңа күрә олыларның нәрсәнәдер яшерүләрен сизеп алу белән аларда торышның ул серле ягына кирәгеннән артык кызыксыну туачак, ата-анага, олыларга карата ышаныч какшаячак.

Уйласаң, баланың кеше туу яки хайванның дөньяга килүенә кагылышлы сорауларыннан ул кадәр үк куркырга кирәк микән? Үсеше нормаль булган бала җенси мәсьәләләр белән артык кызыксынмый бит?! Балаларны чынлыкта бары тик хайванның, кешенең туу факты гына кызыксындыра.

Шуңа күрә олыларның җавабы да гадәти һәм табиғый булырга тиеш. Кечкенә балаларны: «Мин сине бала

тудыру йортында таптым» яисә «Син әниенен эчендә үстен» кебек жаваплар тулысынча канәгәтләндерә.

Кечкенә балаларга туу шартларын тәфсилләп сөйләү хажәт түгел, женес органнарының исемнәрен әйтергә дә кирәкми, чөнки моның белән балада женси мәсьәләләргә карата кызыксыну гына уятуың бар.

Балага тавыкның, чеби чыгарыр өчен, күкәйләр өстендә утыруын, чебиләрнең кабыкны ярып чыгуын күзәтү мөмкинлегенә бирә алсаң, аннары бала чебиләрне үстерергә, ашатырга булышса, бик әйбәт.

Балаларның игътибарын кошларның үз балаларын саклау инстинктына юнәлтергә була.

Бала мәче балаларының дөньяга килүен күргән очракта олылар уңайсызланып аны читкә алып китмәсен. Балада бу хәлгә карата, табигый күренеш буларак, дәрәс мөнәсәбәт тусын. Ул чакта кешенен туу фактын да бала табигый күренеш буларак кабул итәчәк.

Бөтен тәрбия чараларыннан файдаланып, кеше тууга кагылышлы мәсьәләләрдә балаларда бик иртә йомшак күңеллелек, кайгыртучанлык тәрбияли башларга кирәк. Бу исә анага, хатын-кызга ихтирам, хөрмәт белән карарга өйрәтәчәк.

«Балаларны каян алалар?» дигән сорауга ата-аналарыннан дәрәс жавап алган балаларның гадәттә киләчәктә үз иптәшләреннән ишеткән «хакыйкәт»кә артык исләре китми.

Ата-ананың күбесе «бәлки, шулай узып китәр», «үсә төшкәч, барысын да белер әле» дип өметләнә, әмма бу — тәрбиянен ялгыш юлы.

Гигиена һәм женси мәсьәләләр буенча танылган белгеч Р. Нойберт кешенен үрчүенә кагылышлы мәсьәләләргә караган сөйләшүне якынча түбәндәге срокларда уздырырга киңәш бирә.

Гомумән үрчү хакында, ягъни үсемлек һәм хайваннарның үрчүен 4—5 яшьлек балаларга сөйлиләр. Әмма 2—3 яшьлекләрдә кайчакта бик кызыксынучан булып

чыга һәм үткен-үткен сораулар бирә. 5—7 яшьлек балалар «Балаларны каян алалар?» дигән сорауга төгәл җавапны әтиләреннән яисә әниләреннән алырга тырыша. Бала тууда атаның роле күбесенчә 6—8 яшьлекләргә кызыксындыра. Ләкин тирә-юньдәгеләрнең йогынтысына карап, бу сроклар теге яки бу якка үзгәрергә мөмкин.

Нойберт фикеренчә, ата-аналар бу сөйләшү-аңлашу вакытын кичектерсәләр, балаларның борчылуларын бетерү, аларның ышанычын яулау һәм үзара әйбәт мөнәсәбәт урнаштыру инде кыен була. «Балаларны каян алалар?» дигән сорауга иптәшләреннән җавап алып өлгергән яшүсмер бу сөйләшүгә инде ышанмыйча һәм көлеп кенә караячак.

Ата-ана, яшүсмер белән сөйләшүнең вакытын авыштырмаска, үз вакытында һәм дәрәҗәсә итеп, артык җентекләп тормыйча гына, җенесләр арасындагы мөнәсәбәткә кагылышлы сорауларга җавап бирергә тиеш. Тормыш күрсәткәнчә, мондый җавап ата-ананың авторитетын төшерми, киресенчә, балаларның ата-аналарына ышанычын арттыра гына.

Ата белән ана, балаларының сорауларына дәрәҗәсә итеп, фәнгә нигезләп җавап бирү белән бергә, җае чыкканда, үз вакытында бу темага яшүсмерләр белән сөйләшергә дә тиеш. Кыз бала белән — анасы, ир бала белән атасы сөйләшкәндә әйбәт була.

БАЛАЛАРДА НЕРВЛЫЛЫК

Балаларда нервлылык җенси үсешнең бозылуы һәм җенси тойгыларның артык көчле булуыннан килә.

Нервлылык күзәтелгән балаларда җенси яктан үсеш тиз яисә, киресенчә, әкрән бару күзәтелә. Җенси хискә артык бирелүчәнлек барлыкка килә, онанизм белән шөгыйльләнү теләге кузгала, җенси яктан азгынлыklar башлана.

Нервлылык күзәтелгән балалар хакындагы теманың бу китапка кертелүе очраклы түгел. Ул женси яктан дәрәс тәрбияләү өчен кирәкле өстәмә мәгълүмат бирер дип өмет итәбез.

Балаларда нервлылыкның төп сәбәбе — нормаль тормыш шартларының булмавы, семьяда баланы ялгыш тәрбияләү; нәтижәдә артык көчле яисә артык авыр ярсыткычлар тәэсирендә нерв системасының талчыгуы башлана. Бу ярсыткычларга психикага тискәре йогынты ясаулар (семьядагы ызгыш-талашлар, баланы кыйнау), баланың нерв системасына, аның нерв процессларының көченә һәм чыдамлылыгына артык таләпләр куя торган төрле психик травмалар керә. Ярсыту бик дәвамлы булса, бу организмның нык талчыгуына, ә сонрак нерв системасы эшчәнлегенең бозылуына, неврозларга китерә. Ярсыткычлар бик көчле дә булмаса мөмкин, әмма алар бик еш кабатланганда, мәсәлән, ата-аналарның бала белән һәрчак тавышларын күтәрәп, кычырып сөйләшүләре дә нервлылык китереп чыгара. Нервлылык тәэсирләнүчән балаларда — ярсучанлык, йомшак табигатьле балаларда исә боеклык, күңел төшенкелеге, курку, берни белән дә кызыксынмау төсөндә чагыла.

Кешенең үз-үзен тотышы организмның тумыштан килгән сыйфатларына гына түгел, бәлки, беренче чиратта, аның шәхес буларак үсеш чорында организмына тәэсир иткән нәрсәләргә, ягъни чын мәгънәсендә тәрбия һәм өйрәтүгә бәйле.

Димәк, кеше яшәү дәверендә яхшы якка үзгәрә ала икән. Бу очракта да тәрбияченең баладагы шәхси һәм яш үзгәрешләрен истә тотуы, оста һәм аңлы эш итүе кирәк. Ата-аналарны, мәсәлән, иң элек балаларының алсу яңаклары сокландыра, аннан аның шигырьләр бытылдавы да зур куаныч була. Баланы бик иркәләп, кирәгеннән артык кайгыртып, кечкенә генә мөстәкыйльлегенә дә юл куймыйча үстерәләр. Балага артык игътибар, аның бар теләкләрен дә берсүзсез үтәү балада

эгоизм, эгоцентризм тудыра, тирэ-юньдэгелэрнен игъ-тибарын үзенэ каратыр өчен, берэр кызык сүз әйтү, кыланып, шаккатырырга тырышу теләге уята.

Мондый балалар бик тиз ярсып китүчән булалар, үз сүзләрен үтәтергә тырышалар, ә инде юлларында каршылык очравы яисә сүзләренен үтәлмәве аларны бөтенләй чыгырдан чыгара. Бу исә баланың ихтыярсызлыгына, нерв системасының какшавына һәм, шуның нәтижәсе буларак, невроз, ягъни истерия башлануга сәбәп була.

Баланы яратырга кирәк, билгеле, ул турыда сүз дә булырга мөмкин түгел, әмма нәрсә эшләргә яравын, нәрсә эшләргә ярамавын белсен өчен, бала үзенен беренче адымнарыннан ук таләпләрне тоеп үссен. Берничә мисал китерик.

Кондитер әйберләре сатыла торган кибеттә дүрт яшьләр тирәсендәге бер кыз бала әнисеннән тартмалы конфет сатып алдыртасы килә. Әнисе, утыз яшьләр чамасындагы сөйкемле генә хатын, кызын шундый ук конфетның тартмасызын, ягъни үлчәүлесен генә алырга үгетли. Аның, күрәсен, янында акчасы аздыр; бик тырышып акча эзләп ул кесәләрен актара.

Ул арада кызының күзләренә яшь тыгыла. Ул, сулкылдап, еларга жыена, тартмалы конфетны алдыртыр өчен үзсүзләнә. Ниһаять, анасы, актарына торгач, кесә төбеннән тагын акча таба, кызына чәчәкләр төшерелгән тартмалы конфетны сатып ала. Тартманы ике куллап күкрәгенә кыскан килеш, кыз әнисе белән урамга чыга. Икесе дә шат, икесе дә елмая.

Икенче мисал.

Егерме сигез яшьләр тирәсендәге бер хатын, малаен җитәкләп, кибеткә туп сатып алырга керә. Тик малаеның күзе борып җибәрелә торган тагылмалы йөк машинасына төшә, әнисеннән шуны алдыртмакчы булып, бәйләнә башлый. Күрәсен, әнисенен кыйбатлы бу уенчыкка акча

тыгасы килми, ул малаен, кулыннан алып, читкә тарта. Менә шунда инде малае үкереп еларга керешә.

Ана кеше, ачуланып, башын селкеп куя, шулай да ул, кассага барып, тагылмалы йөк машинасы өчен акча түли.

Малай шатлыгыннан көлә, ә анасы ихтыярсыз елмая.

Яшь аналар дәрәс эшләдеме? Юк, алар дәрәс эшләмәде. Мондый юл куюлар балаларның тагын да ныграк киреләнүенә китерә.

Ата-аналары озак вакытлар буена һәр нәрсәдә юл куйган, күңелен күргән баланы күз алдына китергез. Аның теләкләренә каршы килергә тырышып карагыз. Мөгаен, бала елап кына да калмас, ә аяк тибә башлар.

Мондый балалар белән эш иткәндә, артык катгый сөйләшергә, боерырга ярамый, ә кирелеген бетерергә тырышырга кирәк. Моңың өчен, балага сиздерми генә, аның игътибарын берәр кызыклы нәрсәгә юнәлтергә яисә баланы бөтенләй тынычлыкта калдырырга кирәк. Үз иркенә куелган бала әкрәнләп тынычлана, аның кирелеге уза.

Теләкләре һәрвакыт үтәлә торган бала, тора-бара, бигрәк тә күчү яшендә, «мәшәкәтьле» балага әйләнә. Андый бала мәктәптә укытучылар белән, иптәшләре белән еш кына конфликтка керә. Өйдә дә еш кына «кәефсез» була, анасына акырына, ишекләренә шапылдатып ябып йөри. Мондый яшүсмергә иң каты таләпләр куярга, начар иптәшләреннән читләштереп, әйбәт иптәшләр белән аралаштырырга яисә нинди дә булса берәр кызыклы һәм файдалы эшкә тартырга кирәк.

Тәрбиядә ялгышулар нерв системасына авыр тәэсир итә, тирән эз калдыра.

Бала егылмый да булмый, шулай ук кулын, бармагын жәрәхәтләгән чагы да, температурасы күтәрелгән вакыты да булуы бик ихтимал. Әгәр ата-ана һәр очракта бала күз алдында ук, бик каты борчылып, югалып кала торган булса, үзенә шик-шөбһәсен, төрле фараз итү-

лэрен белдерсэ, аның сәламәтлеге турында врачлар, ту-
ган-тумача белән берөзлексез киңәшсэ, мондый тыныч-
сызлык, табигый, балага йогынты ясамый калмый. Менә
бер мисал.

Семьяда бердәнбер баланың тормышы өчен беренче
көннәреннән үк борчылып һәм куркып яшиләр. Улын
дөньядагы бар нәрсәдән артык яраткан ана, баласында
бераз гына үзгәреш күрсэ, каушап кала торган була.
Бала алдында ук аның саулыгы хакында ата белән ана
кызып-кызып бәхәсләшә. Нәтижәдә малай куркакка, бар
нәрсәдән шикләнүчәнгә әйләнә. Урамда малайлар аны
куркак дип котырталар, юаш булганга, еш кына кый-
ныйлар. Шул рәвешле шикләнүчән, шомланучан холык
формалаша, еллар узган саен, бу сыйфатлар көчәя,
куәтләнә һәм, тормышта бик күп күңелсезлекләр ките-
реп кенә калмыйча, гаять авыр невроз башлануга да
сәбәп була.

Баланың нерв системасы халәтенә ата-ананың тупас
кычкырынулары да, баланың кешелек дәрәжәсен төше-
рү, аны түбәнсетү, аларның гадәтләрен, холык үзенчә-
лекләрен аңламау да нык тәэсир итә.

Телевизор тапшыруларын көн саен карау балалар-
ның нерв системасына артык зур көч йөкли. Телевизор
каршында сэгәтьләр буе кузгалмыйча утыру ишетү һәм
күрү нервларын талчыктыра, баланы кирәкле саф һа-
вадан мәхрүм итә. Балада актив ижади эшчәнлектән
пассив күзәтүгә омтылу теләге үсә.

Саф һавада булмый торган бала аз канлыга әйләнә,
начар һәм тынычсыз йоклый, игътибары кими, тиз арый.
Телевизордан тыш, шашка, шахмат, домино, рәсем ясау,
пластилиннан әйбер әвәләү, кул эше, музыка, хезмәт,
төрле һөнәр, ялның актив төрләре бар бит әле — болар
һәммәсе нерв авыруларын кисәтергә булыша.

Шулай да ата-аналар нервлылык күренгән балаларда
гына түгел, сау-сәламәт балаларда да очрый торган кур-

ку, дикъкатьсясезлек, кирелек кебек күренешләрнең булуын дәрәс аңласыннар иде.

Кечкенә балаларда йокы аралаш курку дигән нәрсә еш була. Бу — куркыныч төшләр күрү нәтижәсе, сәбәбе — олылар сөйләгән мажаралы әкиятләр, йоклар алдыннан уйнаган шау-шулы уеннар, бала йоклап китә алмаса, аны убырлы карчык, жен, пәри, шүрәле алып китә дип куркытулар. Шуңа күрә, йоклар алдыннан тыныч шартлар тудырырга, баланы ярыта торган сәбәпләрнең барысын да бетерергә кирәк. Бала өчен катгый йоклау режимы булдырылсын; аны һәр көнне бер үк вакытта йокларга яткырырга һәм, баланың йокысы каты булсын өчен, шартлар тудырырга кирәк. Бала йоклый торган бүлмәдә тынлык булсын, ут сүндерелсен. Бу бүлмәдә тәмәке тартырга ярамый. Тәмәке төтенә баланың нерв системасын какшата, кан составын начарлый. Аяк, кулларны юу, тешләрне чистарту гадәтләренә үтәлүе дә йоклап китәргә булыша. Әлегә гигиена гадәтләре саулык өчен генә түгел, бәлки бала тиз йоклап китсен өчен уңай шартлар тудыруга да ярдәм итә.

Кирелек кече балаларда гына түгел, бәлки мәктәп балаларында да күзәтелә. Кагыйдә буларак, кирелек олы кешеләрнең гадәттә балаларының үсә барган аңлылыгын һәм мөстәкыйльлеккә омтылышларын аңлап житмәүләреннән килә.

Ата-ананың баланы теге я бу эштән тыюының сәбәбе һичсүзсез аңлатылырга тиеш. Әлбәттә, мәктәп баласының кирелеген аның мөстәкыйльлеккә омтылышыннан аера белергә кирәк, моны аеру баланы шәхес буларак тәрбияләү процессында гаять файдалы булачак.

12—13 яшьлек балаларын кечкенәгә санаган ата-аналар бик ялгышалар. Бу яшьтә, киресенчә, балаларда мөстәкыйльлеккә омтылыш аеруча көчле чагыла. Олылар да шулай ук балаларына бер тоташ боерып кына торырга тиеш түгелләр. Қайчак олыларның тыныч та-выш белән әйткән гади генә үтенечләре дә балалардагы

кирелекне бетерергә ярдәм итә. Мондый балаларга жәмәгатьчелек фикере дә әйбәт тәәсир ясый.

Кыюсызлык, кеше белән аралашмаучанлык, оялчанлык — балаларда һәм яшүсмерләрдә шактый еш очрый торган сыйфат. Мондый балалар бик тиз каушап калалар, тартыналар, алар кыюсызлар һәм актив түгелләр. Мондый очракларда, гадәттә, ата-ана баласының бүтән балалар белән аралашуына бик шатлана, ләкин, кагыйдә буларак, бала үзе моңа омтылмый. Теләсә нинди эштә, аеруча өйгә бирелгән эшләргә үтәгәндә, ул һәрвакыт шикләнә, үз көченә ышанмый һәм еларга гына тора. Балада мондый холыкны тормыш шартларының начарлыгы, озакка сузылган, өзлектәрә торган авырулар, барыннан да бигрәк балаларын кечкенәдән үк мөстәкыйльлектән мәхрүм итә торган ата-аналар тудыра. Каушап калу, юк-бардан шикләнү гадәте балада ныгымасын өчен, ата-аналар балаларында үз-үзләренә ышаныч тәрбияләргә, мөстәкыйль эшчәнлекләре өчен шартлар тудырырга, алынган эшләрен жиренә житкерүләренә булышырга, мактап-куәтләп торырга тиешләр.

Хәтта кыюсыз балалар да, дәрәс тәрбия алганда, кыю һәм тәвәккәл кешегә әйләнә.

Үз эчләренә бикләнгән балаларны үз яшәтешләре белән бер коллективта, балалар бакчасында, пионер лагерларында тәрбияләргә, ә өйдә, семьяда, әкрәнләп, башка балалар белән аралаштырырга кирәк.

Яшүсмерләргә эшкә өйрәтү, үз иптәшләренә ярдәм итәргә, ижтимагый-файдалы хезмәттә катнашырга гадәтләндерү, хәрәкәтле уеннарда тарту, сабыр һәм таләпчән булу балаларны үз эчләренә бикләнүдән, үз кичерешләре турында гына уйланудан коткара, нервлылык дип атала торган авырудан дәвалый.

ЯШҮСМЕРНЕ ҺӘМ ӨЛҚӘН ЯШЬТӘГЕ МӘКТӘП БАЛАЛАРЫН ТӘРБИЯЛӘУ



Кыз балаларда 10,5—11 яшьләрдә, ир балаларда 12—13 яшьләрдә үсешләренен яшүсмер чоры башлана. Кайбер галимнәрнен тәгълиматларына караганда, кече яшьтәге мәктәп чорыннан яшүсмер чакка күчкәндә, балаларның психологиясендә әллә ни үзгәреш күренми. Баланың үз-үзен тотышында авыр моментлар яки «кризис» дип ялгыш йөртелә торган күренешләр очраса да, алар тәрбиянен житәрлек дәрәжәдә булмавы белән генә аңлатыла. Кече яшьтәге яшүсмерләрнен психологик үзенчәлектәрен белү балалар белән ата-аналар арасындагы мөнәсәбәтне җайга салырга, әхлакый һәм шулай ук җенси яктан дәрәс тәрбия бирергә ярдәм итә.

Яшүсмер чакка аяк басканда, мәктәп балалары инде физик яктан шактый ныгыган, мәгълүм дәрәжәдә белем дә алган була. Яшүсмер бала бар нәрсәдә дә олыларга охшарга тырыша. Ул әнисенен кулындагы авыр сумканы күтәрәп ала, олы кеше сыман, җилкәсә белән этеп шкафны күчерергә маташа, үзенен көче,

атлет булырга жыенуы хакында сөйләр өчен, иптәшен очратасы килеп йөри.

Кече яшьтәге үсмер, бер төркем олыларның космо-навтлар батырлыгы, иксез-чиксез океанда бер ялгызы йөзгән батыр диңгезче-сәяхәтче турында сөйләүләрен тыңлый. Күз салсагыз, аның нинди зур игътибар белән тыңлавын күрерсез. Ул сәгәтьләр буе тыңларга риза, аннары үзе шул батырларга охшарга тырыша. Яшүсмернең эчке дөньясы тышкы тирәлектән алган яңадан-яңа тәэсирләр белән байый, ә ана инде олыларның әңгәмәләре һәм сүzlәре генә түгел, бәлки аларның эш-хәрәкәтләре, фикерләре, кешеләр арасындагы мөнәсәбәтләре дә тәэсир итә.

Бу чорда яшүсмер хәтеренең әһәмияте зур. Хәтергә алу процессы сайлап эш итү төсендә бара һәм кыз яисә малайның үсә барган аңлылыгына бәйле рәвештә ихтыяжлары һәм кызыксынулары белән билгеләнә. Аларның хәтерендә күзгә ташлана торган һәм мөһим нәрсәләр генә калмый, бәлки күбесенчә үз яшьләренә хас махсус хис-тойгылар һәм алар нәтижәсендә туган кичерешләр дә урын ала. Бу чор эндокрин бизләр, аеруча женес бизләренең эшчәнлегә арткан вакытка, женис тойгылар, инстинктлар уяну вакытына туры килүен дә исәпкә алсак, фикерләүнең, хыял һәм зиннәтнең юнәлеше бер үзәккә тупланган дикъкат рәвешен алуы жиңел аңлашыла.

Ата-аналарның, укытучы һәм тәрбиячеләрнең вазифасы — кече яшьтәге яшүсмерләрнең кызыксынуларын дөрес юлга юнәлтү. Қайчакта балалар белән бергәләп телевизион тапшырулар, кинофильмнар, спектакльләр карарга, соңыннан алар хакында фикер алышырга һәм, әңгәмә барганда, яшүсмернең дикъкатен әхлак факторларына юнәлтергә була. Укып чыккан китаплар буенча яшүсмернең иптәшләре белән бергәләп фикер алышырга мөмкин. Бу очракта туа торган сорау яисә бәхәс вакытында яшүсмернең фикер йөртүенә дөрес юнәлеш

бирергә, аңарда яңа, файдалы мавыгулар, хыяллар уятырга була.

Балаларына һәм яшүсмерләргә педагогик йогынты ясаганда, ата-аналар, педагоглар, тәрбиячеләр семьядагы тәрбия шартларын һәм баланың үзенәң житлегүен исәпкә алырга тиешләр. Балаларның һәм яшүсмерләренәң психологик үзенчәлекләре барыннан да бигрәк үсешенәң социаль хәле белән билгеләнә дип язды совет психологы Л. С. Выготский.

Бу чордагы кече яшьтәге яшүсмерләр спорт занятие-ләренә, звено, отряд сборларына һәм бүтән чараларга бик теләп катнашалар.

Коллективта булуга, иптәшләр белән аралашуга омтылыш — бу чорның үзенчәлекле билгесе. Шунның белән бергә, шәхес буларак, яшүсмер теге я бу эшкә үз мөнәсәбәтен белдерә башлай: иптәшенәң тәртип бозуын гаепли, үзенәң белемен, көчен, кыюлыгын күрсәтергә тырыша, бәхәсләшер өчен, каршы әйтер өчен, бер сүз белән әйткәндә, үзен күрсәтер өчен, иптәшләренән аерылып торыр өчен, ул хәтта тәртип бозарга да риза.

Психологлар бу яңа сыйфатларны зур булып күренергә тырышу тойгысы дип атадылар.

Житлегүенәң беренче башлангычлары яшүсмернең тирә-юньдәге олыларга охшарга тырышуында һәм олыларның аның белән исәпләшүләренә омтылуында чагыла. Яшүсмерләр еш кына олыларның аңа карата булган мөнәсәбәтләренән канәгать булмыйлар. Мөнә шуннан ике арада каршылык, сүз тыңламау, читләшү, туганнары белән аралашмау кебек яисә тагын да кискенрәк кире реакция туа. Яшүсмернең зур булып күренергә омтылуын олылар санга сукмаган очракларда конфликт тагын да кискенләшә.

Олылар сүзенә, аларның эшенә теге яки бу дәрәжәдә катнашырга теләгән үсмергә олыларның тупас, кискен сүзе авыр тәәсир итә: яшүсмер бик киреләнә, тупаслана.

Яшүсмер аерым фәннәр белән кызыксына башлый, конкрет фикер йөртүдән, әкрәнләп, шактый абстракт, гомумиләштерелгән, тирәнтенрәк фикер йөртү процессына күчү бара.

А. А. Смирнов мәгълүматларына караганда, үсмер чакның бу чорында логик хәтернең беренче билгеләре, уку материалын мәгънәви төркемләү, өйрәнә торган фәнгә карата аңлырак мөнәсәбәт туу күренә.

Әмма Л. И. Божовичның тикшеренүләре күрсәткәнчә, бу чорда яшүсмерләрнең психологик үзенчәлекләре, мәсәлән, физика кебек фәннәргә үзләштерүдә шактый дәрәжәдә формаль булуын күрсәтә. «Балалар аларга еш кына чынбарлыктагы күренеш һәм фактларны гомумиләштерү нәтижәсе дип түгел, бәлки тормыштагы ниндидер ят, читтән көчләп тагылган нәрсә дип карыйлар»¹.

Укытучыларның, класс житәкчеләренең әйтүенә караганда, кече яшьтәге яшүсмерләр психологиясендә үсә барган аңлылык билгеләре, теге я бу эшкә тәнкыйть күзгә белән карау билгеләре күренә башлый. Бу чакта алар үз уйларын, кешенең йөзенә бәрәп, катгый әйтүчән була. Малайлар белән кызлар арасындагы «мәхәббәт» хатлары, очрашулар турында һәртөрле сүз куешулар һ. б. көлкегә алына. Шуңа ук вакытта кече яшьтәге яшүсмерләр коллективында эчкерсезлек, дәрәжәлекне яктый белү, гаделлек, турылык, дәрәжә әзерләгәндә яисә уйнаганда ярдәм кулы сузу, булышу кебек сыйфатлар югары бәяләнә. Нигездә менә бу билгеләр кече яшьтәге үсмернең социаль яктан формалашуының беренче мораль-этик критерие булып тора.

Тикшеренүчеләрнең күбесе хаклы рәвештә әйткәнчә, кече яшьтәге яшүсмерләрдә үзләренең «мин»нәрен ачу күренә. Бу аларда үзләренең тышкы кыяфәтләрен (гәүдә торышын) күзәтүдә, бигрәк тә «мин»лек төшенчәсенә

¹ Л. И. Божович. Личность и ее формирование в детском возрасте. М., «Просвещение», 1968, 309 бит.

«үзенчәлеген» һәм хәтта «кабатланмавын» тәэмин итүче эчке сыйфатларга игътибар итүдә күренә. Яшь ягыннан борылыш чорында бала үзенә «мин»ен спортсменнар, очучылар, герой-космонавтлар, батыр атлетлар, атаклы сугышчылар «үрнәге» белән чагыштыра, үзен алар дәрәжәсенә күтәреп хыяллана.

Үзенә «мин»ен күрсәтү өчен, кайчакта кече яшьтәге яшүсмер иптәшләре арасында көчен күрсәтергә мәжбүр була.

Яшүсмернең үз-үзенә биргән бәясен иптәшләре аңламаганда, аңа еш кына каршылыкка керергә, хәтта үзенә хаклыгын сугышып якларга туры килә.

Беренче класс укучыларына иптәшлек хисе уяну хас булса, кече яшьтәге яшүсмерләрдә аерым малайлар һәм кызлар арасында дуслык туа башлый.

Иптәшлек һәм дуслык хисләре мәктәптә генә түгел, башка шартларда да уяна. Ата-ананы балаларының йорт тирәсендәге иптәшләре аеруча борчый. Алар андый иптәшләр балаларына начар йогынты ясар дип курка.

Ата-аналарның күбесе балаларын йорт тирәсендәге иптәшләре белән аралашудан тыя. Әмма, кагыйдә буларак, никадәр каты тыйсаң, бала шулкадәр киреләнә бара, каршы тору аңарда көчәя генә.

Кече яшьтәге яшүсмер иң элек үз яшьтәшләре белән аралашырга тырыша, чөнки алар арасында ул үзенә көчен, җитезлеген күрсәтә ала, кирәк булса, сугышырга да эзер тора; бергәләп хоккей һәм футбол уйный, хоккей капкасын саклый, судья була — болар барысы да күп көч һәм рәхәтлек бирә торган саф һавада уза.

Балаларының үз яшьтәшләре белән аралашуына олылар һәрьяклап булышырга тиешләр. Алар буш вакытларын рәхәтләнеп коллективта уздырсын өчен, ишек алларында балалар клубы, төрле уеннар өчен мәйданчыклар оештырырга тиешләр.

ЯШҮСМЕР

Әле үсеп житмәгән, ә буге әнисе буеннан узып китеп бара. Балигъ булмаган, ә үзе әледән-әле олылар сүзенә катыша, аңа барысы да бик күптән мәгълүм икәннен күрсәтергә тырыша...

Олы кешеләргә яшүсмерләр белән эш итүе бер дә жиңел түгел. Яшүсмернең игътибары берәр нәрсәгә тупланып кына калмый, ә бәлки бөтенләе белән бары шуңа гына юнәлә. Ул олыларның үзара мөнәсәбәтендә бөтенесен дә аңларга тырыша.

Яшүсмернең күп төрле хисләрен, сорау-таләпләрен ата-ана һәр очракта да игътибарга алмый һәм якламый, ә кайчакта хәтта каршы тора. Яшүсмерне аңламау, аның мавыгу һәм омтылышларын сиземләмәү еш кына баланың үз эченә йомылуына, ата-анасыннан ераклашуына һәм берәр кыз я малай белән дуслашуына китерә.

Психолог В. А. Крутецкий язганча, яшүсмерләрнең психик яктан житлегүе нигезендә диалектик капма-каршылыкларның тууы һәм аларны жиңеп чыгу ята: мәсәлән, үсеш дәрәжәсенә бәйле рәвештә яңадан-яңа ихтыяжлар тудыра торган эшчәнлек белән аларны канәгатьләндерү мөмкинлеген арасында; яшүсмернең физик, интеллектуаль һәм рухи мөмкинлекләре белән аның эшчәнлегенен, моңарчы формалашкан үзара мөнәсәбәтләре, төрләре һәм дәрәжәсе арасында; жәмгыятьнең, олылар коллективының үсә бара торган таләпләре белән яшәп килә торган әхлак кагыйдәләре арасындагы диалектик каршылыкларның тууы һәм аларны жиңү ята. Бу каршылыklar психик үсешнең тагын да югарырак дәрәжәсен формалаштыру, эшчәнлекнең тагын да катлаулырак форма һәм төрләренә ирешү юлы белән хәл ителә.

Болар барысы да психик үсешнең тагын да югарырак дәрәжәсе белән билгеләнә торган яшьлекнең башлангыч чорына, яшьлекнең үзенә үтеп керү өчен, әйтерсәң дә алшарт булып тора.

Яшүсмернең үз-үзенә игътибар итә башлавы, эчке дөньясы белән кызыксынуы аның үзе турындагы уйларының тотрыксызлыгы белән бергә уза. Бу, дип яза психолог Т. В. Драгунова, яшүсмер үзе турында фикер йөртүгә, бәя бирүгә, шәхес буларак үз-үзен тотышына, үзендәге сыйфатларга, уңышларга кагылган, ягъни аның үзе хакындагы фикерен тегеләй я болай үзгәртә алган карашларга артык сизгер булуы белән дә катлаулана. Олылар карашынча, яшүсмерләрнең сәбәпсез һәм акланмаган эшләре, борчылулары һәм күнел төшенкелекләре шуннан килә.

Кече яшьтәге яшүсмерләрдә үзләрен олы итеп сизү аңнарында, хыялларында гына булса, өлкән яшьтәге үсмерләрдә исә бу хис шактый ачык чагыла. Үзеңне зур кеше итеп тою ихтыяжы эш-хәрәкәттә яңа мотивлар тудыра, үз-үзеңә тәнкийтә белән карауның беренче билгеләре күренә. Иптәшләр белән ике арадагы мөнәсәбәтләрдә уңышсызлыklar һәм күңел кайтулар хәтер калу, гаделсезлек кебек хисләрнең бөтен бер комплексын тудыра. Алдашу, ялган сүз, икейөзлелек һәм сүздә тормауны, шулай ук ата-анасының аны әле һаман балага санавын яшүсмер бик авыр кичерә. Яшүсмернең үзен инде там олы итеп танытырга омтылуы шуннан килә. Яшүсмернең социаль яктан формалашкан һәм стимуллашкан эшчәнлегенә—аның шәхес буларак һәм интересларының максатка юнәлешле үсүе өчен төп шарт. Яшүсмергә ихтирам белән карау, аның үз-үзенә ышануына дикъкәтьле булу, аның интересларына дәрәҗә юнәлеш бирү яшүсмернең коллективта, семьяда һәм иптәшләре белән мөнәсәбәтендә үз-үзен дәрәҗә тотуына булыша. Ә инде киресенчә булганда, аның үз-үзенә инануы тәрбиягә зыян китерә торган ялгыш юлдан китәргә, яшүсмердә, шәхес буларак, мәктәптә, өйдә, өйдән тыш, үз-үзен тотышында социаль тәртипләргә каршы чыгуга китерергә мөмкин. Мондый чакта яшүсмер мәктәп коллективыннан читләшеп кенә калмый, бәлки аның белән исәпләшми, аны

ихтирам итми башлый, коллектив сүзенә колак салмый. Бу хәл исә яшүсмерне иптәшләреннән читләшүгә, үзара мөнәсәбәтләрдә төрле күнелсез бәрелешүләргә китерә.

Укуда яисә жәмгыятькә файдалы эшләрдә активлык күрсәтеп, мәктәп коллективында үзләренә авторитет яулап алырга тырышу теләге яшүсмерләрдә бик көчле була.

Кайчакта үз-үзенә инану халәтеннән, коллективта тоткан урыныннан риза булмаган яшүсмер хыялга бирелә, төрле уйлап чыгаруларга һәвәс була. Ул, яшьтәшләренең яисә күрше коллективның игътибарын яулап алыр өчен, янәсе, үзе зур тапкырлык, көч яки батырлык күрсәткән төрле хәлләр турында башыннан чыгарып сөйли. Яшүсмернең мондый юл белән үз урынын табарга тырышуы дәрәс вакытында еш кына тәртип бозылуга китерә: яшүсмер, гадәти булмаган берәр нәрсә сөйләп, классны көлдәргә, аларның игътибарын үзенә тартырга тели.

Педагогларның, ата-аналарның вазифасы — яшүсмергә коллективта үзе теләгән урынны яулап алырга булышу. Моның өчен олылар үсмерләренең жәмгыятькә файдалы эшләрдә, мәктәптә оештырылган үзешчән сәнгатьтә, төрле кичәләрдә катнашырга кирәклеген аңлатырга тиешләр.

Яшүсмер психологиясенен үзенчәлегә шунда: ул бик актив. Тирә-ягындагы кешеләр, укылган китаплар яшүсмернең дөньяга карашын киңәйтә, һәм ул ишеткән, күргән бар нәрсәне үзенә эшчәнлегендә кабатларга тырыша. Шуңа күрә яшүсмерләр, бик теләп, төрле түгәрәкләргә йөриләр, модельләр ясау белән, төрле механизмнар жыю белән мавыгалар, фотога төшерергә, рәсем ясарга өйрәнәләр, коллекцияләр жыя башлыйлар.

Яшүсмерләр, бик теләп, спорт белән шөгыльләнәләр. Аларны спортның көч, житезлек, хәрәкәт тизлегә күрсәтеп була торган төрләре аеруча кызыксындыра. Яшүсмерләр спорт ярышларына бик рәхәтләнеп катнашалар һәм

футбол, хоккей кебек хәрәкәтле уеннарны бик бирелеп, онытылып уйныйлар.

Яшүсмерләрдә хис, тойгылар капма-каршылыгы дигән нәрсә күзәтелә. Моңа яшүсмернең шәхес буларак тотрыксыз халәте генә түгел, бәлки юк кына сәбәп аркасында кәеф-хәтеренең үзгәрәп торуы да керә. Бу капма-каршылык берәр эш, мәсәлән, китап уку яки спорт белән чамадан тыш мавыгуга булыша. Капма-каршылык конфликтлы ситуацияләргә китерә. Бер очракта яшүсмер шәфкатьлелек, йомшак күңеллелек, хәтта үз-үзен аямау хисен күрсәтсә, икенче юлы исә ул юк кына нәрсә өчен дә үзенең кадерле әтисенә тупас сүз әйтергә, әнисенә ярдәм итүдән баш тартырга сәләтле була.

Яшүсмердә хис-тойгыларының тотрыклылыгына шартлар булдыру өчен, аларга карата ихтирамлы булырга кирәк. Психологларның хаклы фикеренчә, семьяда баланың «урыны дәрәс» булырга тиеш (бу аеруча яшүсмерләргә карый), хокуклары булу белән бергә аңа мәгълүм дәрәжәдә бурычлар да йөкләнсен. Дәрәс тәрбияне тормышка ашыру өчен, яшүсмергә карата даими таләпчәнлек булдырырга кирәк, бары шул чакта гына хезмәт аның өчен ихтыяҗга әйләнәчәк.

Балага хокуклар гына биреп, аңа карата таләпләр куелмый торган семьяларда эгоист, хәтта каты бәгырьле кешеләрнең үсүе менә шуннан килә дә инде.

Яшүсмернең иң мөһим хокукларыннан берсе — аны шәхес буларак ихтирам итү хокукы. Ата-ана һәм тирә-юньдәге кешеләрнең игътибары — яшүсмернең аларга карата ышанычының нигезе, ул бары шул чакта гына үз хисләрен яшерми башлый, туганнары, ата-анасы белән шатлыкларын гына түгел, хәтта кайгыларын да уртаклаша.

Яшүсмернең хезмәтенә бик җитди, таләпчән мөнәсәбәт һәм көче җитәрдәй эштә баланың катнашуы нәтижәсендә генә алар белән уртақ тел табып була.

Ата-аналар һәм укытучылар яшүсмерләргә теге яки бу күренешкә карата мөстәкыйль бәя бирергә, үз фикерләрен әйтергә, үз вакытларын үзләре бүлەرگә мөмкинлек тудырсалар, бик әйбәт була. Әлбәттә, бу чакта тормыш шартларын, яшүсмернең теләк-омтылышларын искә алырга кирәк. Баланы мөстәкыйль тормышка әзерләү жиңел түгел. Моның өчен башта ата-ана үзе яшүсмерне сабырлык белән тыңларга өйрәнсен, ул хаклы булса, аның фикерен яклай һәм килешә белсен. Инде киресенчә булганда, аның хаксызлыгын тыныч кына аңлатырга, моның өчен тормыштан берәр мисал китерергә кирәк. Яшүсмер үзе дәрәс хәл итсен, үзенең фикерен якласын өчен, кайчакта аның белән бәхәсләшү дә файдалы була.

Үсмер чакны сурәтләгәндә, без яшүсмернең дөньяга карашы формалашуын, әхлакий принципларын, идеалларын һәм аның үз-үзен тотышында аларны ни рәвешле куллана башлавын истә тотарга тиешбез.

Үсмер чакта акыл сәләте, логик фикер йөртү шактый үсә. Яшүсмер теге яки бу дәлил, аргумент белән килешергә дә мөмкин, әмма аның чынбарлыкка тәнкыйть белән каравы арта һәм үсә бара, бу хәл исә аны олыларга, аларның карашларына ышанмыйча һәм тискәре карарга мәжбүр итә.

Укытучылар да, ата-аналар да шуны һәрвакыт исләрендә тотсыннар: олыларның һәр эше күпне белергә тырышучы яшүсмерләр күзәтүендә тора, шуңа күрә аларның уйламый эшләгән һәр эше, ялгышы, урынсыз сүзләр куллануы яшүсмерне шәхес буларак тәрбияләүгә зарарлы йогынты ясаы ихтимал. Олыларга охшарга тырышып, яшүсмер үзенең эш-кыланышларын ата-анасының, олыларның аңлавына ирешергә омтыла.

Ата-аналар, укытучылар яшүсмергә тактлы житәкчелек һәм контрольнең кирәген бервакытта да исләреннән чыгарырга тиеш түгелләр. Контроль бөтенләй булмаганда, ата-ана белән балалар арасында тартынусыз мөга-

мәлә урнаша, бу исә, кагыйдә буларак, тәртипсезлеккә китерә. Яшүсмер олыларның житәкчелеген һәрвакыт тоеп торсын, ләкин ул аны кимсетә торган ямьсез кычкырыну, боеру, урынсыз таләпләр кую кебек тупаслыктар катнашмаганлыгын аңларга, сизәргә тиеш.

Фән нигезләрен үзләштерә, тормыш тәҗрибәсе туплый һәм белем дәрәжәсен киңәйтә барып, яшүсмерләре инде бу чорда үзләрен мавыктырган өлкәнең теге яки бу күренешләрен шактый аңлап бәяли башлыйлар, киләчәктә профессия сайлаганда һәм тормыш юлларын билгеләгәндә дә аңлылык күрсәтәләр.

Женси житлегү белән женси инстинктның беләнә башлавы арасында һәм шуңа бәйле рәвештә психик һәм социаль яктан өлгерү дәрәжәсе арасында ярашмаучанлык яшүсмернең психологик халәтендә аеруча көчле сизелә.

Шуңа күрә яшүсмер женси житлегү, гигиена күнекмәләре турында табигый-фәнни төшенчәләрен беренче тапкыр яшътәшләреннән, очраклы кешеләрдән түгел, бәлки әдәпле төстә ата-аналарыннан алса, бик әйбәт була. «Семья тормышы гомумән дәрәс оештырылса, ата-ана житәкчелегендә чын совет кешесе тәрбияләнсә, кеше характерының башка ягын тәрбияләгән кебек үк, женси тәрбиягә дә адым саен ирешелә бара»¹.

Чыннан да, бала тәрбияләүдә бар нәрсә дә — атананың үзара мөгамәләсә дә, семьяда хатын-кызга караш та, йорт эшләре дә, китап уку, кино, телевизор карау да — кыскасы, ата-аналарның, тәрбиячеләрнең күбесе хәтта башларына да китерми торган нәрсәләреннән дә әһәмияте зур була.

Балаларда намуслылык, шәфкатьлелек, кеше хәсрәтен уртаклашу, эчкерсезлек, кешене хөрмәт итү кебек сыйфатлар тәрбияләп, без инде аларның киләчәк тормыш-

¹ А. С. Макаренко. Сайланма педагогик әсәрләр. Казан, Татарстан китап нәшрияты, 407 бит.

ларында хезмәттә, көн күрештә, сәмиядә, кешеләр арасында була торган мөнәсәбәтләрнең нигезен әзерлибезд.

Әмма тәрбия мәсьәләсендә педагогик метод һәм чараларның бай материалынан файдаланганда да, без малайлар белән кызларның интереслары һәм ихтыяжлары үсешендәге үзгәрчәлеккә якларын истә тотарга тиешбезд. Жәненс әермасын искә алмыйча әш итү мөмкин түгел.

Безнең тәрбия әшенә кагылышлы барлык программаларыбыз, начармы алар, яхшымы, укучыларның яш үзгәрчәлекләрен исәпкә алалар, ә инде кыз бала белән ир бала тәрбиясендәге әермалы якларга караган тәкъдимнәрдә исә, дәрәсен генә әйткәндә (һәм бу тупас ялгыш булмас дип фараз итәбезд), әле уйлыысы, әшлисе әшләр бик күп.

Кайбер педагоглар, хезмәтнең барлык төрләрендә һәм ижтимагый әшчәнлектә ирләр белән хатын-кызларның тигезлегә турындагы совет законнарына таянып, кыз бала белән ир балаларны тәрбияләүдә бернинди дә әерма булмаска тиеш, дип саныйлар.

Мондый карашның тәрбия әшендә конкретлыкны һәм тормышчанлыкны юкка чыгаруын исбатлап торуның кирәгә бар микән? Ул, нигездә, яшүсмер кызлар һәм малайлар арасында урнаша торган мөнәсәбәтләрне санга сукмый түгелме?

СССРда хатын-кызларның һәм ирләрнең тигез хокуклылыгы Конституциядә язылган. Алар совет законнары алдында тигез, белем алуда, хезмәттә, ижат итүдә аларның мөмкинлекләре бертигез. Тик ирләр белән хатын-кызлар беркайчан да биологик яктан тигез булмады һәм булырга мөмкин дә түгел.

Хатын-кыз — кешелек токымын дәвам итүчә, ул йөкләлекнең бөтен авырлыгын, кыенлыгын, хәтта кайчак бала тудырганда тормышына куркыныч яनावын да кичерә, бала имезүнең катлаулыгын күтәрә, яңа туган

баланы карау һәм баланың беренче көненнән алып буйга житкәнче тәрбияләү кебек вазифаларны башкара.

Бала тәрбиясендә төп вазифаларның анага йөкләнүе беркем өчен дә сер түгел бит. Өстәвенә, җәмгыятебез өчен әһәмияте зур булган бу хезмәтне хатын-кыз производодагы эшеннән аерылгысыз алып бара.

Менә шуның өчен балаларда хатын-кызга карата ихтирам, кайгыртучан мөнәсәбәт тәрбияләүне кече яшьтән үк башларга кирәк.

Моңа ничек ирешергә соң?

Иң элек семьяда анага зур хөрмәт булырга тиеш.

Ана — баланың иң якын, иң кадерле кешесе, ул аңа тормыш бүләк иткән кеше. Ана балага тормышның беренче сабақларын бирә, яхшылыкның кадерен белергә, начарлыкны күреп нәфрәтләнەرگә өйрәтә. Баланың тормышын аңлауда, балага яхшылык теләүдә, аңа булышуда беркем дә ана кебек булдыра алмый. Анага булган мәхәббәт — изге хис. Кешедәге бар яхшылык, шул исәптән үсмер егетнең кызга, ирнең хатынына һәм балаларына мәхәббәте дә анага булган мәхәббәттән башлана.

Гәрчә анага карата мәхәббәт табигый хис булса да, аны да, бүтән барлык хисләр кебек үк, тәрбияләрگә кирәк. Анага мәхәббәт тәрбияләү — барыннан да бигрәк эти кешенең изге бурычы. Ананың һәм балаларның бәхете күбесенчә аңарга бәйле була. Игътибарлы ата балаларын карашырга хатынына һәрчак булышчак, аларның дәресләрен, өй эшләрен тикшерәчәк, мәктәп хәлләре, иптәшләре хакында сорашып торачак, кирәк була калса, хатынына, балаларына ярдәмгә киләчәк. Ата кешенең хатынына игътибарлы булуы, мәхәббәт, ихтирам белән каравы балаларына да күчә.

Ир бала, әнисенә караганда, әтисе белән якынрак мөнәсәбәттә була. Үзенә кайгыртучан, таләпчән мога-мәләсе белән ата кеше балалары алдында ышаныч ка-

зана, ә инде ата өчен үз балаларын хөрмәткә лаеклы кешеләр итеп күрүдән дә зуррак бүләк юк.

Балаларында үзенә карата мөхәббәт хисләре тәрбияләүдә ананың үз роле дә бик зур. Аның семьяда тоткан урыны, производстводагы тырыш хезмәте, балаларына игътибарлылыгы һәм аларны тәрбияләүдә кайгыртучанлык күрсәтүе семья членнарында аналарына карата ышаныч, ихтирам, мөхәббәт тудыра, балаларны яшәргә өйрәтә.

«Ата белән ана арасындагы чын мөхәббәт, аларның үзара ихтирам итешүләре, үзара булышлык күрсәтүләре һәм кайгыртучанлыклары, ачыктан-ачык күрсәтелергә мөмкин булган мөхәббәтләре һәм иркәләнүләре — болар кече яшътән үк балалар күз алдында булып торсалар, иң көчле тәрбияви фактор булып хезмәт итәләр, ир белән хатын арасындагы шундый житди һәм матур мөнәсәбәт, әлбәттә, балалар игътибарыннан читтә кала алмый»¹, — дип яза А. С. Макаренко.

Ата белән ана бер-берсен кайгыртып яши торган, анага ихтирам зур булган, балалар белән ата-аналарның карашлары, шәхси мавыгулары туры килә торган дус семьяда малай кеше анасын да, апа-сәңелләрен дә рәнжетми. Мондый малай классташ дус кызын да кыерсытмый. Бу очракка рус халкының «Өе нинди — читәне шундый, семьясы нинди — улы шундый», дигән мәкале бик туры килә.

Ата-аналарның үз-үзләрен тотышы, аларның интереслары, сүзләре — барысы да баланы тәрбияли.

Ата-ананың үзара мөнәсәбәте, көнкүрештә үз-үзләрен тотулары, тирә-яктагылар белән мөгамәләләре, буш вакытларын уздыру рәвеше, мавыгу һәм гадәтләре — бу, үзенә күрә, «семьяның әхлакый микроклиматы». Аның нигезе — тәрбиядә бердәм система: семья башлыгы бул-

¹ А. С. Макаренко. Сайланма педагогик әсәрләр, Казан, Татарстан китап нәшрияты, 1967, 411 бит.

ган ата хатынына — балаларының анасына ихтирамлы һәм игътибарлы мөнәсәбәттә була, ә хатыны иренә бар эштә дә булыша. Женси әхлакның беренче үсентеләре менә каян башлана. Улларында кыз балага карата риясызлык, аны яклау хисен, дус, сеңел итеп карау хисен уята алсалар, ата-аналар тәрбия эшендә житди адым ясаган булырлар. Кыз балада да малайларга карата иптәшлек, дуслык хисе тәрбияләргә кирәк.

Үзара мэхәббәткә, дуслыкка нигезләнгән семьяда шат, бәхетле, табигый тормыш шартларында бала кече яшътән ата-анасының кайгыртуын, үзен яратуын тоеп үссә, женси тәрбиянең ныклы нигезе салынган дип исәпләргә мөмкин.

Шул яктан караганда, һәр семьяда тормышның эч-тәлекле, кызыклы булуы, олылар белән балаларның бергәләп экскурсияләргә, музейларга, театр, киноларга йөрүләре, шул рәвешчә ата-ана белән бала арасында акрынлап рухи якынлык артуы аеруча әһәмиятле.

Малайның апа-сеңелләренә, әнисенә, гомумән хатын-кызга ихтирамлы мөнәсәбәте, ирләргә хас көчкә ия булуы үзеннән-үзе генә килми һәм алар яшкә, женси житлегүгә бәйле нәрсәләр дә түгел. Аларны тәрбияләргә генә мөмкин. Ян Амос Коменский үзенен «Бөек дидактика»сында язганча, сәнгатькә һәм фәнгә өйрәткән, укуыткан кебек, кешене әхлаклылыкка да өйрәтергә кирәк; кешенен бу сыйфатлары да үзеннән-үзе генә килми, бәлки зур тырышлык белән яулана.

Булачак ир кеше зур ихтыяр көченә, мөстәкыйльлеккә ия булырга тиеш. Көчле кеше көчсезләрне якларга, аңа булышырга, кыз балага урын бирергә, пальтосын кияргә булышырга һ. б. тиешлеген малайларның күңелләренә сала килергә кирәк.

Ирләргә хас ныклык хатын-кызларга карата кече күңелле, игътибарлы була белүдә, хисләрен сафлыгында, көчтә, тугрылыкта икәннен, аңа тупаслык, егет-

ләнү кебек кыланышларның катнашы булмавын майлар аңларга тиешләр.

Хатын-кызларга карата ихтирам тәрбияләүдә укытучының шәхси үрнәге бик зур әһәмияткә ия. Педагогның әхлак кагыйдәләре турындагы сүзләре, өйрәтүләре аның үз-үзен тотышы, эш-хәрәкәтләре белән генә ныгытыла ала. Тормыш тәҗрибәләре җитәрлек булмаган яшүсмерләр һәм үсмер егетләр олыларның бар эш-хәрәкәтләрен күзәтәләр, аларга охшарга, олылар ничек хәл итсә, шулай эшләргә тырышалар. Кировоград өлкәсенең Павлышо урта мәктәбендә урнашкан традиция ирексездән искә төшә: шимбә яисә якшәмбе көнне мәктәптә берәр эш эшләргә кирәк булганда, ир укытучылар хатын-кыз укытучыларны бу эштән азат итәләр. Хатын-кызларга шимбә көнне өйләрендә дә эш җитәрлек була бит. Аннары хатын-кызларга ял, ирләргә караганда, мөгаен, күбрәк тә кирәктер. Бу да яшьләр өчен әйбәт үрнәк.

Тагын бер кызыклы мисал. А. С. Макаренко ишек янында бергә туры килгәндә, үзәндә тәрбияләнүче кыз балага ишекне һәрвакыт үзе ача һәм аны алдан уздырып җибәрә торган була. Бу — тәрбияләнүче кызларның кешелек дәрәжәләрен күтәрәп кенә калмаган, бәлки үсмер егетләр өчен сабак та булган.

Семья да, мәктәп тә яшүсмерне җенси хисләренең вакытыннан элек уянуыннан сакларга тиешләр.

Монда, әлбәттә, яшүсмернең семьяда нинди шартларда яшәве, мәктәптә, урамда кемнәр белән аралашуы хәлиткеч роль уйный.

Җенси хисләр уянуга, зарарлы кызыксынулар барлыкка килүгә китерә торган нәрсәләргә мөмкин кадәр булдырмакка, төрле саклау чараларын кулланырга кирәк.

Эчкечелек, эшәке сүзләр белән сүгенү, талашу, оятсыз җырлар, ир белән хатынның бер-берсен ихтирам итмәве, ата-аналарның үзләрен әдәпсез тотулары — яшүсмерләрнең җенси тотнаксызлыгы өчен иң әйбәт

жирлек. Тупаслык, цинизм хөкем сөргән шартларда яшүсмер дә оятсызлана, теләсә нинди әшәке сүз әйтә, әдәпсез кылана, тупас фикер йөртә.

Үзенәң яшенә туры килми торган кинофильмнар, телевизион тапшырулар карау, хатын-кызларның артык ачык тегелгән күлмәкләре, женси хисне кузгата торган музыка, үбешү, кочаклашу, танцы вакытында тәнгә тән орынып китүләр яшүсмерләренәң женси хисләре кузгалуга сәбәп була. Шулай ук контрольсыз укылган хәзерге заман әдәбиятының да йогынтысы зур булуын әйтергә кирәк.

Кинотеатр ишекләренә «16 яшькә житмәгән балалар кертелми» дип язып әленгән белдерүләр дә ярдәм итми. Балаларның олылар өчен булган фильмнарны каравы беркемгә дә сер түгел. Ә без, тәрбиячеләр, үзәбезне жиңелгәнә санадык.

Олыларның балаларына урын өстендә озак аунап ятарга рөхсәт итүе, күңел ачуларга артык юл куюы гәрчә аңлашылса да, соңыннан яшүсмернең «тизрәк олы кеше буласы» килү теләгенә әйләнергә мөмкин.

Балалар өчен татлы, шулай ук артык майлы, тозлы-борычлы ашамлыklar әзерләү һичсүзсез зарарлы. Ә инде акылны жуйдыра, женес бизләренәң эшчәнлеген кузгата һәм женси теләкне арттыра торган исерткечләр биру бөтенләй тыела.

Женси хисләренәң иртә уянуын тоткарлау һәм үзенә күрә төрле саклык чаралары куллану кирәклегә турында сөйләсәк тә, без яшьләренә аскет (дөнья рәхәтеннән ваз кичүче) итеп үстерүне, женси хисләренә бөтенләй тоткарлауны күз алдында тотмыйбыз. Шуңа күрә кисәтү, фикерне башка якка юнәлтү безнең төп максатыбыз түгел. Үсмер кыз һәм егетләренә женси хисләре белән аңлы рәвештә идарә итәргә, үз ихтыярларына буйсындырырга өйрәтергә, аларда теләсә нинди бозык йогынтыларга каршы торырлык әхлакый нигез тәрбияләргә кирәк.

Үсмерлек чоры — жени хис туу һәм аны реаль канәгатьләндерә башлау арасындагы чор ул.

Балалар тормышындагы бу чорны ничек дәрәс оештырырга соң?

Мавыктыргыч эшләр, омтылышлар, бер-береңә хөрмәт, иптәшләрчә мөнәсәбәт белән яши торган, бернинди алдашу, тупаслыкка юл куелмаган коллективта гадәттә үсмер кызларда да, егетләрдә дә жени мәсьәләләр белән артык кызыксыну күренми.

Кешенең тойгыларына, аңына, административ тәртиптә кулланыла торган шөлтәләргә караганда, коллективның уртак фикере көчлерәк тәәсир итә. Шуңа күрә коллективның ныклы нигезен булдыру яңа кеше формалаштыруда иң мөһим бурычларның берсе санала.

Мәктәп, класс, дружина коллективларын төзүдә һәм тәрбияләүдә мәктәп комсомол һәм пионер оешмаларының роле бик зур. Пионер отрядлары һәм дружиналарының күп төрле кызыклы эшләре балаларда хезмәткә мәхәббәт, коммунистик идеялелек, иптәшлек хисләре тәрбияли.

Бер-береңә дусларча ярдәм, бергә уку, эшләү, ял итү, бер кеше бөтен кеше турында һәм бөтен кеше бер кеше турында кайгырту, «Кеше кешегә дус, иптәш һәм туган» дигән принцип белән яшәү коллективизм рухын теләсә нинди үгет-нәсихәтләргә караганда да ныграк тәрбияли.

Болар барысы да коллектив теләкләрен аңларга һәм ихтирам итәргә, шәхси теләк һәм ихтияжларны уртак эшкә яраклаштырырга өйрәтә. Индивидуализмга һәм эгоизмга каршы көрәштә мәктәп коллективы әһәмиятле роль уйный. Үзара аралашканда һәр укучының мөмкинлекләре тулырак ачыла. Бары коллективта гына балаларның шәхси сыйфатлары тиешле бәя ала һәм яклау таба.

Кешенең дуслык, иптәшлек кебек иң яхшы сыйфатлары коллективта туа һәм тәрбияләнә.

Мәктәп балаларга белем биреп кенә калмаска, бәлки аларның ижади һәм акыл эшчәнлегенә шартлар тудырырга, рухи дөньяларын үстерергә тиеш. Мәктәптә ялкаулыкның, укуда өлгермәүчәнлекнең, эшсезлекнең, начар гадәтләрнең юлдашы булган күңелсезлеккә урын булмаска тиеш.

Менә шуңа һәр яшүсмернең ижади сәләтен, күп нәрсә белән кызыксынуын, эчкерсезлеген тәрбияләргә һәм үстерергә кирәк.

Физкультура һәм спорт житлегеп килә торган яшь кешенең ташып торган көч-күәтен белеп һәм урынлы файдаланырга, ихтыяр көче тәрбияләргә мөмкинлек бирә.

Дәрәс оештырылган спорт белән даими шөгыльләнү организмның гармонияле үсешенә булыша, тәнне чыныктыра, кешенең гәүдә торышын һәм йөрешен матурайта.

Спорт белән даими шөгыльләнү организмның төрле авыруларга каршы торучанлыгын, тормышта очрый торган күңелсез хәлләргә бирешмәүчәнлеген арттыра.

Спорт белән шөгыльләнгән кешедә була торган житезлек, көч, чыдамлык, хәрәкәтчәнлек эшчәнлекне арттыра. Максатка ирешүдә кыюлык, катгыйлык, батырлык һәм ныклык, тәртиплелек кебек ихтыяр көче тудыруда спортның әһәмияте әйтеп бетергесез зур.

Физкультура кызлар өчен дә бик файдалы, ул корсак һәм оча сөяге мускулларын ныгыта, бу исә кызларга ана булгач бигрәк тә кирәк. Спорт белән шөгыльләнүче хатыннар баланы жиңел һәм тиз табалар.

Укучы балаларның физик тәрбиясен дәрәс оештыру — мәктәптәге барлык педагогик коллективның эше. Әлбәттә, житәкчелек роле физкультура укытучысы өстенә төшә. Комсомоллар да, пионерлар да моңа шактый өлеш кертә ала. Мәктәптәге физик культура секцияләрендә кызыклы эшләр үткөрү, жәяүләп яисә

көймәдә йөрү, экскурсиялар, класслар арасында беренчелек өчен ярышлар оештыру, мәктәп спартакиадалары һәм физкультура бәйрәмнәре уздыру кебек эшләр аларның кулыннан килә.

Кече яшьтәге мәктәп балалары өчен югары класс укучылары, комсомоллар оештыра торган спорт мәктәпләре, шулай ук I—IV класс укучылары белән төрле хәрәкәтле уеннар һәм спорт ярышлары уздыру да мактауга лаек.

Физик тәрбия системасында, яшь һәм жөнәс аермаларына карап, укучыларның үсеш үзенчәлекләрен, йөгерү, сикерү, йөзү, тимераяк һәм чаңгы шуу, велосипедта йөрү буенча нормалар тапшырганда, кызлар нормасы малайларныкынан аерылып торырга тиешлеген хәтердә тотарга кирәк.

Кызларны ирләргә хас хәрәкәтләрдән, мәсәлән, авыр әйбер күтәрү белән бәйле эшләрдән тыярга кирәк. Бу аларның саулыгына, гәүдәләренен формалашуына бик зарар итә.

Спортның штанга күтәрү, колга белән сикерү, футбол, хоккей, көрәш, бокс кебек төрләре, физиологик яктан гына түгел, бәлки эстетик караштан чыгып та, кызларга рөхсәт ителмәве очраклы хәл түгел.

Баланы жөнәси яктан тәрбияләүдә аның эш белән тәэмин ителгән булуының да әһәмияте бик зур.

Яшүсмернең өйдә һәм мәктәптә, дәрес әзерләүдән тыш, мәгълүм вазифалары булырга тиеш. Бу вазифаларның үтәлүен тикшереп торырга кирәк. Болай эшләү яшүсмерне тәртипкә өйрәтә.

Хезмәт кече яштан үк баланың ихтыяжына әйләнергә тиеш. Хезмәт баланы тик йөрүдән коткара, теләсә нинди эшне башкара алучы, ярдәмгә мохтаж кешеләргә булышырга әзер торучы файдалы кешеләр тәрбияли.

Кайбер ата-аналарның үз балаларын хезмәттән, җаваплылыктан, тормыш авырлыкларыннан саклап калырга тырышулары, алар өчен искиткеч әйбәт көнкүреш

шартлары тудырулары аларның һәлакәтле төстә әхлакый тупаслануына, психик яктан түбәнлеккә төшүенә, эч пошуларга, күнел төшенкелегенә, женси тойгыларының кузгалуына, хайвани ләззәтләргә китерә¹ дип язды атаклы педагог К. Д. Ушинский.

Балаларның өй эшләрендә катнашулары аларны физик яктан да чыныктыра, әхлакый йогынты да ясый. Балаларның ата-аналары белән бергә өй эшләрендә катнашулары аларда киләчәктә ир белән хатын булачак кешеләр өчен бик кирәкле сыйфатларны — коллективизм, кеше хәленә керә белү хисләрен уята, семьяда бер-береңне кайгыртып яшәү кебек күркәм сыйфатларны формалаштыра.

Баланы өйдә ата-анасына булышырга өйрәтү — әйбәт эш, әмма тәрбиянең төп максаты — гомуми бәхет хакына хезмәт итүнең әһәмиятен истән чыгарырга ярамый. Хезмәткә булган ихтыяжны ата-ана даими хупларга һәм баланың якшәмбе өмәсенә барырга, стена газетасы чыгарышырга яисә мәктәптәгә бүтән берәр эшкә катнашырга омтылуына бервакытта да каршылык күрсәтмәскә тиеш.

Балаларны кече яшьтән үк бергәләшеп яшәргә, бергәләшеп эшләргә өйрәтергә. Хезмәткә мәхәббәт тәрбияләү белән рәттән, аларны хезмәтнең нәтижәсенә сак карарга, кеше хезмәтенә ихтирам тәрбияләргә кирәк. Тик моны бала үзе хезмәтнең нәрсә икәннен татып караганның соңгына эшләргә мөмкин.

Хезмәттән башка, «бу тезгеннән башка, үзенең теләкләренә каршылыксыз бирелгән йөрәк юлдан чыга һәм ул, бик ашкынучан һәм йөгәнсез булса, берни белән дә басып булмый торган эч пошу, күнел төшенкелеге упкынына бик тиз тәгәрәячәгенә, инде бик вак булса, акрынлап, көннән-көн, сиздерми генә, кешене

¹ К. Д. Ушинский. Собрание сочинений. М.—Л.: Изд-во АПН РСФСР, 1948, 340 бит.

кимсетә торган мәшәкәтьләр һәм хайвани инстинктлар баткагына кереп чумачак»¹.

Хезмәтнең ижади, мөстәкыйль булуы бик әһәмиятле. Яшүсмер файдалы ижади эш башкарырга тырыша. Үз куллары белән эшләнгән эшнең кешеләргә файдасы тисә, мәктәп укучылары онытылмаслык ижади шатлык кичерәләр.

Семьяда дәрәжә режим булдыру да зур тәрбияви йогынты ясый. А. С. Макаренко язганча, бала чактан тәртипкә өйрәнгән, тәртипсез һәм җавапсыз тормышның нәрсә икәннән белмәгән кыз һәм ир балалар бу гадәтләрән соңыннан ир белән хатын арасындагы мөнәсәбәтләргә дә күчерәчәкләр.

Яшүсмерләргә тәрбияләүдә әдәбият һәм сәнгать иң куәтле чаралардан санала.

Сәнгатьнең тәрбияви көче күптән билгеле.

Дм. Кабалевскийның, кеше мәхәббәт һәм дуслык белән, зур шатлык һәм олы кайгы белән беренче мәртәбә китап битләрендә, кинода, җырда, театрда, аннары гына тормышта очраша, дигән сүزلәре белән килешмичә мөмкин түгел. Җиткән кыз яки егетнең тормышта бу хисләргә ничек кабул итүе аларның әлегә кадәр нәрсәләр укуына, нинди музыка тыңлавына, кино-театрларда ниләр карауына да шактый дәрәжәдә бәйле була².

Кызыклы әдәби китап, сәхнә әсәре, нәфис фильм тирән кичерешләр тудыра, яшәргә, матурлыкны аңларга өйрәтә. Чын сәнгать әсәре кешене рухи яктан баета, аңа бәхетле булырга булыша.

Сәнгатьнең иң аңлаешлы киң таралган төре — кино. Монда да, беркайда булмаганча, педагог һәм ата-аналарның оста җитәкчелегә кирәк. Алар балаларын әшәке,

¹ К. Д. Ушинский. Собрание сочинений, 343 бит.

² Дм. Кабалевский. Прекрасное пробуждает доброе. М., «Педагогика», 1973.

зарарлы һәм сәнгать ягыннан түбән эшләнгән фильмнар караудан тыярга тиешләр.

«Киноның кешегә йогынтысын турыдан-туры исәпкә алуы да кыен... Қайчак болай да була: бала берәр вакыйганы карый, мәгънәсенә төшенмәсә дә, ул аның хәтерендә бик нык уелып кала, вакыйганы күзәткән минутта бала аны исендә генә калдыра, мәгънәсенә төшенми. Соңыннан бу күргәннәре аның күз алдына кат-кат килә һәм балага һичшиксез тәэсир итә. Шулай итеп, нинди дә булса берәр вакыйга, эзсез генә узып киткән кебек тоелса да, берничә ел узгач, баланың тормыш рәвешенә, әлбәттә, йогынты ясый. Кинода күргән күренешләр бала өчен чынбарлыкның бер өлеше булуын, андагы жанлы образларның озак еллар хәтердә саклануын истә тотып, киноның уңай якка да, шулай ук кире якка да тәэсире көчле булуын әйтеп узарга кирәк»¹.

Хисләрне тәрбияләүдә куәтле чараларның икенчесе — театр. Ул кешенең эчке дөньясына үтеп керергә, кеше табигатенең көчле теләк-омтылышларын аңларга булыша. Монда да ата-ананың жайлап кына дәрәжәсә бирүе зарури.

Әйбәт китапның да файдасы искиткеч зур. Классик әдәбият әсәрләре, социалистик реализм әсәрләрененң иң яхшы үрнәкләре белән без еш кына үзәбезнең эш-хәрәкәтләребезне чагыштырабыз. Көчле язылган, тирән дулкынландырган китап, гадәттә, кешенең карашларын, хисләрен, үз-үзен тотышын билгеләү өчен, үзенә бер төрле компас хезмәтен үти. Колачы, тәэсир итү көче һәм һәркем файдалана алырлык булуы белән әдәбиятның тиңе юк.

Яшүсмерләрнең хисләрен тәрбияләүдә аларның әдәбият укуларына оста җитәкчелек итүнең дә зур әһәмияте бар. Ул вакытта фикерне төп максатка юнәлтү, ягъни

¹ Н. К. Крупская. Педагогические сочинения, т. 3, М., Изд-во АПН РСФСР, 1959, 268 бит.

укуп чыккан китап хакында алар белән сөйләшү һәм төрле диспутлар оештыру, яшьләрнең интересын кешеләр арасындагы әхлакый мөнәсәбәтләр тәрбияләү мәсьәләләренә, изге омтылышларга, әхлакый эшләргә юнәлтү кирәк була.

Әдәбият һәм сәнгатьнең зур тәрбияви мөмкинлекләре турында сөйләгәндә, теләсә нинди сәнгать, «теләсә нинди әдәбият «йөрәкне дэртлэндэрә», алга әйди алмавын истә тотарга кирәк. Әдәбиятның артка, искелеккә өстэрэгән, карашны томанландыра, кешене туры юлдан яздыра торганы да була... Мондый әдәбият агу кебек тәэсир итә»¹.

Шуңа күрә мәктәп балаларын сәнгать эсэрләренә тәнкыйть белән карарга, аларның зэвыкларын үстэрергә, чын сәнгать эсэрен уңышсыз язылган, сәнгатьчә түбән эсэрдән аера белергә өйрәтергә кирәк.

Женси тәрбия мәсьәләләре биологик фәннэрне укуытканда да урын алырга тиеш. Ботаника һәм зоологияне үткәндә, укучылар үсемлек һәм хайваннар тормышын күзэтэлэр, аларның үрчү процессы белән танышалар. Мәктәптә алар хатын-кыз һәм ирлэр организмының анатомик-физиологик үзенчәлекләре хакында белэлэр. Гомуми гигиена мәсьәләләре, кыз бала, үсмер кыз гигиенасы, малай һәм үсмер егет гигиенасы укучыларны биологик яктан эзерләү системасына керә.

Балалар нәкъ менә мәктәп елларында кешелэр арасындагы мөнәсәбәтлэргә, үрчү мәсьәләләренә, үсемлек һәм хайваннарның үрчүләренә караган төсле, акыл белән карарга өйрәнэлэр.

Балаларның биология буенча белгәннэре киләчәктә педагогның укучылары белән, ата кешенең улы белән, ана кешенең кызы белән ачыктан-ачык сөйләшүе өчен табигый-фәнни нигезне тәшкил итәчәк.

¹ Н. К. Крупская. Педагогические сочинения, т. 3, М., Изд-во АПН РСФСР, 1959, 532 бит.

Алда әйтеп узганча, женси тәрбия — ниндидер мәгълүмат, белешмә, төшенчә бирүне генә түгел, барыннан да бигрәк кешеләр арасында үзара акыллы, матур мөнәсәбәт тәрбияләүне максат итеп куя. Шуңа күрә бу эш белән педагогның һәркайсы дәрес саен шөгыйльләнергә тиеш.

V бүлек

УНАЛТЫ ЯШЫТӘ



Житкән егет һәм житкән кыз — инде яшүсмер түгел. Аларның тышкы кыяфәтендәге гармониясезлек бетә, физиологик үсешләре төгәлләненп килә, буй-сыннары сылулана бара.

«Житкән егет инде күп яктан олы кеше,— дип яза. И. С. Кон.— Аның эшчәнлегенә һәм ул эшчәнлек башкара торган рольнең даирәсе киңәя һәм рәвешә үзгәрә. Гәрчә өлкән яшыйтәге мәктәп баласының төп эше уку булса да, олы кешенә хезмәт эшчәнлегә мотивларына якынаеп, аның нигезләре бик нык үзгәрә»¹.

Чыннан да, житкән егет һәм житкән кыз яшүсмерләргә караганда төплерәк һәм мөстәкыйльрәк фикер йөртә, үзенә һәм иптәшләренә тәнкыйть белән карый, тәвәккәлрәк эш итә.

Совет яшьләре югары идеяле максатка омтыла, алдагы көнгә, киләчәк тормышка зур ышаныч белән карый.

Бу исә хезмәт юлы сайлаганда да, кичен һәм читтән торып, югары уку йортларында, техникумнарда укырга теләк-

¹ И. С. Кон. Социология личности. М., Политиздат, 1967, 160 бит.

лэре зурлыгында да күренэ. Совет яшьлэре Ватанга файдалы шәхес булып үсэргә телилэр, бу сыйфат аларны капиталистик иллэрнең яшьлэреннән аерып тора. Безнең яшьлэребездә, социологлар әйтеп киткәнчә, белемгә, культурага омтылыш гаять көчле.

Балалары яшьлек чорына аяк баскан ата-аналар нишлэргә тиешлэр соң? Барыннан да бигрәк, яшь кешене ихтирам итэргә, анын фикерлэре белән исәпләшергә һәм, куйган максатларына ирешсеннәр өчен, ирексезләми генә юнәлеш бирергә, масаюдан, шулай ук артык шикләнүдән һәм кыюсызлыктан котылырга булышырга кирәк. Ата-ананың бурычы — мәгълүм бер хезмәт тәҗрибәсе тупламаган яшь егетне шәхес буларак үссендереп җибәрүдән тыеп тору. Хезмәткә мәхәббәтне, әлбәттә, бала чактан ук тәрбиялэргә кирәк. Илһам килүгә генә ышанырга ярамый. Ул мавыгып эшлэгән кешедә генә туа ала.

Ә еш кына ата-аналар ул һәм кызлары үсеп җитте дигән фикер белән килешергә теләми. Җиткән егет һәм җиткән кыз үз күңеленә ятышлы эш сайлый алуын, чын күңелдән ярата алуын ата-аналарның барысы да аңламый әле.

ДУСЛЫКМЫ БУ? УЛ-БУ БУЛА КҮРМӘСЕН...

Нина Светлова Павел Волковны, классташлары йөрткәнчә Волкны, җене сөйми иде. Волк бик тынгысыз, бик таркау. Физика кабинетында аның янына туры килгәндә, Нина көчкә генә чыдап утыра. Волкның әйткән һәр сүзе, тавышы, күз карашы, гомумән, бөтен барлыгы — озын сыйраклары, ятышсыз кыяфәте, тупаслыгы, гәрчә ул начар укымаса да, Нинаның ачуын китерә иде.

Әдәбият яисә геометриядән контроль эш вакытында аның ручкиасы гомергә язмый, бөтен класс өчен иң кие-

ренке чакта ул карандаш очлый башлый. Тәнәфес вакытларында Волков кызларга үзенә гадәти тапкыр сүзләрен «сибә». Класста кеше күзенә ташланмый торган кызлардан булган Нинаны да читтә калдырмый иде ул.

Ничектер шулай малайлар яныннан узып барганда, Нина Волковның калынлы-нечкәле тавыш белән: «Мин сезне яратам. Сезгә тагы ни кирәк!»— дип көйләвен ишетеп кала.

Бу — Нинадан көлү иде. Әмма ул елап жибәрмәскә үзендә көч тапты. Волкның сүзләренә игътибар итмәскә булды.

Жиденче ноябрь көнне мәктәптә өлкән класс укучылары өчен кичә уздырылды.

«Бу да сәхнәгә чыккан»,— дип уйлап алды Нина яратмыйча гына. Тик Волков шигырьне бик оста сөйләде, аңа үз итеп, чын шагыйрьгә чапкан кебек озаклап кул чаптылар. «Дуслары тырыша инде...» Нина кул чапмады.

Соңыннан радиола жибәрделәр: биюләр башланды. Малайлар модача киенгән кызларны биергә бик еш чакыра. Нинаны да ниндидер бер егет биергә чакырды, әмма Нина яхшы биеми, өстәвенә, ояла да иде.

Аннары Нина кызлар янына килеп басты, аны бүтән биергә чакыручы булмады. Анда тыңлаусыз чәчләре маңгаена төшкән Волков басып тора иде. Аның иягенә һәм авыз тирәләренә бала йоны чыккан, шуннан мыек, сакал үсеп китәр. «Пубертат яшенә кергән»,— дип көлемсерәп куйды Нина, мәктәп врачының лекциясен исенә төшереп. «Ә пубертат ни дигән сүз иде соң әле? Ә, әйе, латинча пубере сүзеннән бугай, врач аны бала йоны каплау дип аңлатты бугай...» Волковның аякларын ике якка аерып, кулларын күкрәгенә кушырып торуы да Нинага ошамады. Дөрөсрәге, эш аның торышында түгел, бәлки йөзендә иде. Волковның йөзендә, «күпне күргән кеше сыман», мыскыллы көлемсерәү чагыла. Мондый көлемсерәү аның малайларча алсу йөзенә һич ки-

лешми. Үзеп алар уйлаганнан күбрәк белгән кеше итеп күрсәтергә тырыша. Қанатлары үсеп житмәгән, «бала йоны да ныгымаган», ә үзе инде, әйтерсең лә бөркет, теләсә кайсы якка очарга әзер.

Хәер, бүтән малайларга исе китмәгән кебек, Нинаны Волков та кызыксындырмый. Аның кебек кеше белән ул гомерендә дә дус булырга теләмәс иде.

Волков белән янәшә торганда, Нина аның, бик ма-
выгып, биюче парларны күзәтүенә, бигрәк тә матур киен-
гән чытлык Лиля Мойкинадан күзен алмавына игъти-
бар итте.

Сүз дә юк, малайлар Лиля кебекләргә бик теләп биергә чакыралар. Андый кызларга игътибар һәрвакыт зур була, «дуслашырга» тәкъдим итеп, малайлар аларга язулар бирәләр, хәтта озын-озын хатлар да язалар. Шундый хатларның берсен Нинаның күргәнә дә бар. Вовка Григорян, «кичектергесез дуслык» тәкъдим итеп һәм шул ук көнне стадион капкасы төбенә кичке сәгать жидедән дә соңга калмыйча, «ашыгыч җавап китерүен» таләп итеп, Маша Белыхка хат язган.

Нина ул чакта бу хәлгә бик аптыраган иде: «Кыз кеше белән булса, бер хәл иде, ә инде үзең бөтенләй белмәгән малай белән ничек шулай тиз генә дуслашып китәргә мөмкин, ди?» Эмма классташы Рая Прохорова моңа бик катгый каршы төште һәм дуслашу өчен бер-нинди дә вакыт кирәкми дип ышандырырга тырышты.

Нина үзенең бүтән кызлар кебек матур түгеллегенә, алар күк матур итеп киенә белмәвенә, чәчендәге бан-тигы да, билендәге каешы да алардагыча тормавына көенә. Ул бүтәннәргә караганда тулырак та, житмәсә тагын, малайлар һаман тартып йөдәтә торган жирән-су чәч толымнары да бар. Шул толымнары аркасында бер малай аны хәтта бизон дип тә атады инде. Чәч то-лымнары шулкадәр калын, чыннан да, бизон койрыгын хәтерләтә шул. Ул чакта Нина, өенә йөгереп кайтып, әнисенә үзенең нидән хәтере калуын яшь аралаш сөйлә-

гән һәм бу хурлык билгесен хәзер үк кисеп ташлаяч-
гын әйткән иде.

Әнисе сабыр итәргә кушты һәм, сүз арасында гына, мондый толымнарның сирәк кешедә очравын, бары тик акылсызларның гына мондый толымнардан көлүләре ихтималын әйтеп тынычландырган иде.

Нина, әтисен яраткан кебек, әнисен дә бик ярата. Әнисенә һәрчак дәрәжә чыга торган киңәшләренә колак салмыйча буламы соң? Әтисенә дә әнисенә бервакытта да тупас, авыр сүз әйткәне юк. Ул һәрвакыт әнисе белән исәпләшә, аны ихтирам итә, теләсә кайчан аңа булышырга әзер тора. Димәк, Нинаның әнисе чынчыннан ихтирамга лаек кеше, аны борчырга кирәкми.

Нинаның әнисе дә әтисенә шулай әйбәт мөгамәләдә. Әтиләре, мәсәлән, сызым һәм проектлары белән утырганда, әниләре аерата игътибарлы була; әнисе дә, Нина да, әнисе Андрей да әтиләренә ярдәм итәргә әзер тора-лар: карандашларын очлап куялар, рейсшинаны ките-реп бирәләр, иң мөһиме, комачауламаска, шауламаска тырышалар.

Аның каравы, әтиләре эштән бушаган чакларда Андрей үзе, беренче булып, аңа тынычлык бирми. Алар, икәүләшеп, чүкеч белән нидер кагалар, нидер кисәләр, ябыштыралар, әле күптән түгел генә шундый аквариум эшләп куйдылар: балыкларның тормышын күзәтергә генә иренмә!

Нина үзенә әтисе белән әнисен алай артык таләпчән кешеләр димәс иде. Аңа тулы ирек бирелгән, аның янына еш кына сеңелесе Сима белән классташы Гриша Темкин керә. Алар, бергәләшеп, «сәламәтлек бюллетене» чыгаралар, йөзү бассейнына йөриләр...

Нина үзенә ата-анасын бар кешедән дә әйбәтрәккә саный. Аны бервакытта да орышмыйлар, ә инде кичектермичә киңәш алырга кирәк булса, ата-аналары моңа һәрчак вакыт таба иде.

Танцы кичәсеннән Нина бик күңелсезләнәп кайтты. Аны бүтән биергә чакыручы булмады. Нина моны үзенә ямьсезлегеннән, иң кирәген — малайлар белән ничек дуслашырга белмәвеннән күрдә. Өйдә ул яңа күлмәген ваемсыз гына салып ташлады, ул аңа иптәш кызларыныкыннан ямьсез тоелды һәм хәтта бөтенләй ошамый башлады. Жилкәсенә халатын гына элөп, ул көзгә каршына килеп басты да озаклап, тәнкыйть күзә белән үзен күзәтергә кереште. Көзгедән озын кара керфек каплаган соры күзлә, бизәнүнәң эзе дә булмаган алсу йөзлә бер кыз карап тора, ә кичәгә өлкән класс кызларының күбесе бизәнгән иде бит. Билгеле, алар аннан чибәррәкләр; житмәсә тагын, менә битенә мәхәббәтсез бетчәләргә чыга башлады. Биле нинди тагын? Нина, Софи Лоренга, һич булмаса X В классындагы Тамара Сониная охшарга теләп, билән каеш белән кысып буарга тырышты. Эмма бусы да барып чыкмады.

Әлегә дә баягы, мәктәп врачы укыган «пубертат чоры» турындагы лекция исенә төште. Бетчәнәң дә бу чорга хас икәнән әйткән иде бит әле ул; һәм битне һәр көн сабынлап жылы су белән юарга, аннан катык сөртәргә кушкан иде.

Нина озаклап юынды, битенә бик күп итеп катык сөртте.

Әнисе кызының кәефе төшенкелеген сизде. Әни! Бөтенесен дә яшермичә, хәтта шул мәхәббәтсез Павел Волков хакында да, кайбер кызларның, кеше кызыктырырлык итеп, иң модный биюләренә бии белүләре хакында да әнисенә сөйләп бирә ала бит! Аның бер малай белән дә дуслаша алмавының сәбәбен бары әнисе генә аңлаячак.

Бәлкәм, моның өчен, бүтән кызлар кебек, мода буенча киенергә кирәктер? Яисә үзәңне алар кебек бик житез, шат күңелле итеп тотарга кирәктер? Тик үз кәефеңне үзәң ничек күтәрәсен ди соң? Татьяна Ларина

Евгений Онегин алдында шат күңелле булып күренә алмаган бит!

Бик уңайсызланып, дулкынланып, бутала-бутала, Нина әнисенә үзенәң яшерен серләрен сөйләп бирде.

Әнисе дулкынлана башлар, аның бу катлаулы сорауларына җавап таба алмас төсле тоелды Нинага. Дуслык — әйтергә генә җиңел! Нәрсә соң ул дуслык? Ә менә нигә аның бәхете юк... Елап җибәрмичә, көчкә түзә...:

— Сине берәрсе кыерсыттымы әллә?

— Юк...— Ана белән кыз дуслык хакында сөйләшә башладылар.

Әнисе җавап бирергә ашыкмады. Кызының сорауы бик җитди иде. Уйларга кирәк иде. Ул ышанычлы, тыныч тавыш белән сөйләп китте.

— Дуслык... Чын дуслык кешеләргә күп вакыт көтмәгәндә, барыннан да бигрәк тормышның иң авыр моментларында килә. Дуслык эчке омтылышлар берлегендә, хезмәттә, иҗади эзләнүләрдә туа, ул күбрәк тормышның ниндидер катлаулы чорында, хәтта, мин әйтер идем, авыр шартларында ныграк ачыла.

— Бары шул гынамы?

— Юк, чын дуслык өчен ул гына аз. Малай белән кыз, җиткән егет белән җиткән кыз, ир белән хатын арасындагы дуслык тагын да мөһимрәк таләпләргә буйсына... Бер-берең өчен җаваплылык хисе: ул — дустаның намусын яклау, аңа ярдәм кулы сузарга әзер тору, үзеңне үзең кайгырткан кебек үк, гадәти бер күренешкә әйләнә...

— Болай да бар кеше шулай эшли, комсомол Уставында хәтта параграф та бар...

— Параграф...— дип кабатлады әнисе уйчан гына һәм күпереп торган чәч учмасын рәтләп куйды. Нинага әнисе бик матур булып күренде.

— Дуслык өчен әлеге параграф кына аз.— Әнисе елмайды. Нинага кинәт бик рәхәт булып китте, ул хәзер,

бер китаптан да табып булмый торган иң кирәкле сүзне ишетергә өметләнеп, тынычланып калды.

— Чын дуслык булганда, һәр икең дә бер-береңә булышырга омтыласың. Чын дус дуслыгың намусын яклап кына калмый, бәлки аның өчен бөтен авырлыкны кичерергә, хәтта үзенең тынычлыгын, тормышын корбан итәргә дә әзер тора...

Ә соңыннан, чәй эчкәндә, әнисе үзенең бик яшьли ятим калуын, ничек үскәнән сөйләде. Укырга да, эшләргә дә бик авыр булган. Аннары Нинаның әтисе белән очрашуы, аның дусларча ярдәме. Бу вакытта этиләре институт бетереп ята, ә ул техникумда укый торган була. Әтисе аның укудагы беренче уңышларына бик шатлана, аннан аңа югары уку йортын тәмамлап чыгарга булыша. Алар бер-берсеннән башка яши алмый башлайлар, шатлыкларын да, борчуларын да, хәтта хәсрәтләрен дә уртаклашалар. Соңга таба инде дуслык мәхәббәткә әйләнә, гаилә тормышы коралар, ә хәзер үзенә моннан да зуррак бәхет турында әнисе башына да китерми.

— Их,— диде, уйланып, Нина,— мин дә нәкъ әтием кебек дус очратсам икән! Миңа ничек чын иптәш, чын дус табарга соң?

Әнисе көлемсерәде.

— Синен тормышың алда әле, дуслык та сиңа үзенең бик күп матур якларын ачачак. Ә алар — мәсәлән, әйбәт кәеф, көч-куәт, өмет, чын күңелдән яхшылык теләү, теләктәшлек күрсәтү, якин күрү тойгысы һәм, диңгез төбөндәге серләр кебек, тагын бик күп матурлыктар.

Моңсулыгы бетмәсә дә, Нинага жиңел булып китте. Иртәгә ял көне, шулай булгач, аңа йоклар алдыннан берәз укырга да була. Менә китабы да. Аны әнисе онытып калдырган, күрәсең. Бу — Ромен Ролланның «Пьер һәм Люс» исемле повесте иде.

Нина башта игътибарсыз гына укыды, э соңга таба, мавыгып китеп, йокысын да онытты. Ике яшь кешенен тормышы торган саен аны үзенә тарта барды... Менә алар озаклап сөйләшәләр, сүзләре гади, бөтенләй мәхәббәт хакында түгел.

«Өйгә кайтып килгәндә, алар икесе дә тирә-якка таң калып карый:

— Гажәп, нигә бүген бар кеше дә бик шат!

Ни булганын уйларга да, аңларга да теләмичә, алар үзләре дә елмая; тик алар үзләренә кадерле нәрсәнең ни икәнен, аның үзләренеке генә икәнен беләләр. Ул нәрсә соң? Берни дә түгел. Әмма бүген тормыш тагын да матурланып, тулыланып китте!..

Өйләренә кайткач, аларның һәркайсы, дустаны караган кебек, көзгегә карады һәм: «Бу күзләр сиңа карадылар»,— дип уйлады. Алар, арып-талып, бик иртә йокларга яттылар. Нилектән бу шулай икән? Йокы аралаш: «Тагын көн туасы бар бит әле»,— дип шатланып уйладылар.

Иртәгесе көн тагын аларны фонтан янында күрде... Пьер да, Люс та ниндидер ашамлык алып килгән. Бербереңне сыйлавы нинди күңелле!

Пьер Люсны һәрвакыт музей ишеге төбөндә көтә. Аның Люс ясаган рәсемнәрне күрәсе килә».

Егет белән кызның дуслыгы менә шулай — фашист басып алучыларына каршы Франциянең көрәш алып барган иң авыр көннәрендә башланып китте.

Дәрәслек яклы Ромен Ролланның бу эсәрендә Нина Пьер белән Люсның дуслыгында, хисләр сафлыгында кешеләрне батырлык эшләргә рухландырган чын дуслык һәм мәхәббәтнең башлангычын ачык күрде.

Пьерның дус малайлары да бар. Бусы да шулай ук чын дуслык. «Яшьтәш дуслар, алар бишәү иде,— дип яза Ромен Роллан,— биш яшь кеше, классташлар, бергә жыела, күп очракта фикерләр уртаклыгы, формалашып килә торган карашлар охшашлыгы аларны бер-берсенә

якынайта да, ерагайта да иде. Әмма алар арасында бер үк төрлө уйлый торган ике кеше дә табып булмый.:

Биш дус, һәркайсы үз уйларыннан чыгып, фикер алыша, һәм бу аларның карашлары тагын да ныгуына гына булыша иде».

«Дусларның холкы үзгә булуыннан бернинди дә зыян юк,— дип уйлады Нина.— Кайсы әйбәтрәк икәнән әйтүе дә кыен. Берсе, Волков кебек, бик житез, үткен, бөтен эшкә катыша. Икенчесе, киресенчә, гәрчә кеше хәленә керә белсә дә, сүлпән, тыныч; коеп куйган Миша Кручинин инде. Ул һәрвакыт бөтен кешегә дә булыша. Нәкъ безнең Оля Грозина кебек үз-үзенә артык ышанган, бик тиз үпкәләүчән, хәзер еларга гына торган, һәр яңалыктан читләшкән кешеләр дә очрый.

Кешеләр нигә шундый соң? Мөгаен, холыкның күп кенә якларын төзәтеп тә була торгандыр, алар ук чын дуслыкка комачаулый да бит. Чөнки дуслыкта тәнкыйть, үзеңнең һәм дустаныңның ялгышларын турыдан-туры гаепләү, аларны кабатламаска, алардан котылырга тырышу беренче урынга куела.

Димәк, дуслашу бәхетенә ирешкән егет белән кызының мөнәсәбәте бөтен кешене яхшы якка үзгәртә ала торган серле көчкә ия икән.

Ә менә дуслыкта, тәгаен, иң кирәклесе — авырлыктыр. Хәтта Пьер белән Люсның да хәсрәтләре була, чөнки коточкыч сугыш бара, ә минем бернинди хәсрәтем юк... Ә шулай да сугышның кирәге юк...»

Ике атнадан соң комсомол жыелышында Валера Гусевны «пешерделәр». Кызлар белән бәхәсләшкән дә бер йортның икенче катындагы балконнан кәрниз буйлап башка балконга күчкән. Павел Волков та, бүтән малайлар да, житмәсә, кызлар дә Гусевка Троян сугышы батырына караган кебек карыйлар.

Ә батыр үз батырлыгына үзе бик ышанып бетмичә, дуслары алдында оятка калырга теләмәүдән эшләнгән эш дип аңлата.

Нина алдында дуслыкны дәлилли торган тагын бер вариант ачылды.

Бер атна да узмагандыр, яңа батыр килеп чыкты. Беркөнне Нина, мәктәпкә барышлый, күп катлы йортның түбәсеннән су агып төшәр өчен куелган юан торба янына кешеләр жыелганын күрде. Ниндидер бер егет, йортның икенче катына житәрәк, бер кулы белән цинк торбага ябышып, икенчесе белән шпагат кисәгенә эләгеп калган ак күгәрченне коткарырга азаплана.

Қарап торучылар да, Нина да тынсыз калды. Барытик бер малай гына, күгәрченне ычкындырыгыз дип, үксеп-үксеп елый. Жан иясенең азаплануын беренче тапкыр күргән бу баланы нинди хисләр биләп алуын әйтүе кыен.

Нинаяты, күгәрченне коткардылар. Малай елавынан туктады, куанычыннан кычкырып жибәрде, кулын чәбәкләп куйды. Барысы да иркен сулап жибәрде, тик торба буйлап менгән егет өчен борчылулары бетмәгән иде әле, Нина аның Павел Волков икәнен күреп хәйран калды. Павел торба буйлап берәз шуып төште дә, һәрчактагыча сабырлыгы житмичә, жиргә жайсыз сикерде һәм уң кулын бәрде.

Волков торып басты, сул кулы белән чалбарындагы известины сыпырды да, әле генә елап торган, хәзер шатлыгыннан нишләргә белмәгән малайның жылкәсеннән, берни булмагандай, йомшак кына итеп кагып куйды.

Малайның әбисе, хуплап, чал чәчле башын селекте һәм күрше хатынына егетнең йомшак күңелде булуы турында нидер әйтте. Кайберләре, батырга житдирәк якын килеп, аның бу эшен рәхсәт итәргә дә ярамаган шуклык дип бәяләде...

Авыртуын яшерергә тырышып, уңайсызланып елмая-елмая, Павел Волков алга атлады һәм шунда, сирәгәеп калган халык төркеме эчендә, Нинаны күреп алды. Нинаның жыл тузгыткан чәчләре кояшта алтын-сыман

жемелди, Павелга төбэлгән күз карашы гаять мөлаем иде.

«Монда аңар ни калган? Мәктәпкә барып, гайбәт сатар, ә аннан кыздыруларын көт тә тор».

Бөтен урам малае Павелга батырга караган кебек карый. Батыр чалбарына ябышкан известины тагын бер кат сыпырды да, бераз акый төшеп, китеп барды.

Кичкә таба аның кулы бик яман шешеп чыкты, икенче көнне ул мәктәпкә дә килә алмады.

Волковның ни өчен килмәвен беркем дә белми, моңа кызларның да, малайларның да әллә ни исләре китү сизелми.

Нина гына күгәрченне коткару һәм, әлбәттә инде, Павел Волков турында туктаусыз уйлый. Павел Волковның бөтенләй үзе уйлаганча түгел икәннен каян белсен соң ул? Нина карашынча, Валерка Гусевның, дуслары алдында оятка калмас өчен, үз тормышын куркыныч астына куеп, кәрниз буенча бер балконнан икенчесенә күчүендә бернинди дә батырлык юк иде. Дуамал класс-ташының бу эше Нинага Пьер Безуховның дуслары белән эчке мәжлесендәге кыланышын хәтерләтте. Пьер да, тормышын куркыныч астына куеп, эчкән шәрабынан чайкала-чайкала, бик биек йортның ачык тәрәзә төбе кырыена ук баса да, «дусларча» бәхәстә отар өчен, бер шешә шәраб эчәргә тиеш була һәм шулай эшли дә.

Янында аның акыллы, игътибарлы чын дуслары булмый, ә бит бәхетсезлекнең килеп чыгуы ихтимал иде!

Безне авырлыкларны, куркуны жиңеп чыгарга, иптәшлек хисе, тәвәккәллек, ихтыяр көче тәрбияләргә өйрәтәләр, тик алдыңа куйган максатыңның файдалы булуы да кирәктер бит? Павел Волков, күгәрченне кызганып, дәрәс эшләдеме, әллә аның елап торган малайны шатландырасы гына килде микән? Нина, малай булса, бу очракта үзе нишләп иде икән? Гажәпкә каршы, ул үзенә мәхәббәтсез булып күренгән бу малайны гаеплә-

мәде генә түгел, бәлки, ак күгәрчен очып киткәч, Павел жиргә жайлы гына төшкәч, гәрчә кай төшендер нык кына авырттырган булса да, Нина жиңел сулап жибәрде.

Дәрестән соң Нина класс журналыннан Павел Волковның адресын белде. «Иртәгә дә укырга килмәсә, янына барам, өй эшләрен илтәм»,—дип уйлады ул.

Павел Волков икенче көнне дә укырга килмәде. Соңгы дәресе көчкә уздырып, Нина батыр янына китте. Ул бит аның бәрелүен күрде, аннан соң, дөньяда нинди хәлләр булмас?

Волков кечерәк кенә агач йортта яши икән. Ишек төбенә житкәч, кыз каушап калды, звонок бирми торды. Ишекне әбисе ачты, Павел турында сорагач, аның булма ишеген күрсәтте.

Нина ишек шақыды, җавап булмагач, ишекне ачты һәм шундук Павел Волковны күреп алды. Уң кулын жайсызрак тотып, ул, азапланып, бәрәңге әрчи иде. Икесе дә уңайсызланып китте. Нина шунда, бутала-бутала, үзенең ни өчен килгәнән аңлата башлады. Портфельнен дәфтәр ала-ала, ул Павелның исәнлеген сорашты. Кулга эллә ни булмаган, әнисенең бавыры авырткан, әбисе дә авырып киткән икән.

— Бир әле пычагыңны, сиңа бәрәңге әрчешим.— Нинаның гажәпләнүенә каршы, Павел Нинага гадәтенчә берәз мыскыллы, берәз дусларча күз ташлады да пычагын сузды.

Икенче көнне бөтен класс (Павел Волков та килгән), бик тырышып, геометрия дәресендә дәфтәрләренә фигуралар сыздылар. Контроль эш бара. Өйдә эшлисә эшләр дә житәрлек.

Бишлегә генә укый торган Павел Волков бу контроль эше өчен өчле алды. Авыру иптәшенә булышырга теләп, Нина аның өчен өй эшен эшләп килергә ышандырды. Әлбәттә инде, Нина биргән вәгъдәсен бик тырышып үтәде.

Малай Нинаның чын күңелдән йөртүен күрми кала алмады һәм кечкенә генә, аның өчен бәлки көлкө булып тоелган серне саклай алуына күңеленнән рәхмәт әйтте. Бу әйбәт кенә кызга карата әйткән урынсыз сүзләрен, ахмакларча шаяруларын исенә төшереп, үзен хәтта аның алдында берәз гаеплегә дә санады. Әмма Павел бер сүз дә әйтмәде. Кызык хәл! Нина, бактың исә, беркөмгә дә охшамаган икән. Бик җиңел сөяклә, бик хәрәкәтчән икән. Иреннәрендә әле бик нык ышану, әле кыюсыз гына елмаю күренә, көлгәндә исә, күзләреннән тирә-якка, җем-җем итеп, меңләгән йолдыз чәчри сыман, аннары, ул шундый итеп көлә, аңа ияреп, иптәшләре дә шаркылдый башлай.

Юашланып, тынып калган Волковта кинәт Нинага карата тирән ихтирам хисе уялды. Нина аңа бик якин, бик кадерле булып китте, аның белән аралашуы бик күңелле, Павел үзен гади, иркен тотта, шул ук вакытта ул Нинаның эш-хәрәкәтләренә, уй-фикерләренә игътибарлырак була башлады.

Кыш җитте. Нинаның, тимераяк спортынан кала, эшләре әйбәт кенә бара иде.

Ял көнне Нина, тимераякларын кыстырып, катокка китте. Каток тулы танышлар, араларында Павел Волков та бар, ул җилдәй оча.

Кызлар, парлашып, ашыкмый гына шуалар. Нинаның, бигрәк тә хәзер, тиз шуарга өйрәнәсе килеп китте. Кызулап шуа башлавы булды, шундук каток кырыена очып барып та төште. Ниндидер кыз белән шуучы Павел Волков Нинага абына язып калды.

Узып китүгә, Павел җәһәт кенә кире борылды да Нина янына якынлашты. Нина берничек тә тора алмый. Үзе гарьлегеннән каушап калган, уңайсызланган.

Павел аны ипләп кенә торгызды да, ике куллап иңбашыннан тоткан килеш, вешалкага алып китте.

Нина аягын каймыктырган, ахры. Көчкә атлай.

Павел тимераякларын салып ташлады да Нинага урамга чыгарга булышты. Урамда машина туктатып, аны өөнө хэтле озатып куйды.

Хэзер инде Павел Нинага һәр көн өй эшләрә ташый, физика белән математикадан бирелгән мәсьәләләрне бергәләп чишәр өчен, бик рәхәтләнәп, бер-ике сәгать Нина янында утыра. Павелга Нинаның әнисе дә ошый. Ул сораулары белән бер эшкә дә «тыкшынмый», үзен-нән-үзе шулай килеп чыга: егет аңа үзе барысын да, хәтта сөйләргә тиешле булмаганны да сөйләп бирә иде.

Малайлар да, кызлар да Павел белән Нинаның дуслашып китүен сизделәр. Павел белән Нина, бергәләшәп, Третьяков галереясына бардылар, Пионерлар сарае каршындагы математика түгәрәгенә йөрүләрен ешайттылар.

Дуслык шома гына башланмады. Бөтенесе дә Волковның элеккеге аерылмас дус малайлары күз алдында барды. Павелның Нинага мөгамәләсен, кечкенә генә эш-йомышларын хэзер, көнләшәп диярлек, әллә ничә пар күз күзәтә.

Алай гына булса иде әле!

Малайлар, малайларга иярәп кызлар да яңа дуслар белән бер генә көн дә кызыксынмыйча калмыйлар. Алар Волковны «акылга утыртырга» булалар. Козьма Прутковның эпиграмма, афоризмнарын ятлыйлар да, Павел белән Нинаның урамга чыкканын сагалап торып, аларны урап алалар.

Малайларның берсе теш арасыннан гына: «Дуслык—жанны, күлмәк — тәнне, ә кояш белән мич һаваны жылыта»,— дип такмаклай, икенчесе нечкә хатын-кыз тавышы белән:

— Кем янына болай ашыгасың,
Әй син, горур, дәмәс юлчы?
— Беркемгә дә серне чишмим,
Ул — йөрәгем ярасы! —

дип чыелдый.

Аннары Гусев, Нинага таба тәкәллефле генә баш иеп, авыз эченнән генә мыгырдады:

— Тирә-ягың сокландыргыч!
Син тиндәшсез. Син чибәр.
Күркәмнән дә күркәм көчең белән
Син шагыйрьне үзеңә караттың.

— Яшь кәләшләрне тәбрик итәм!

Нинаның битенә кан йөгәрде. Ул алга ыргылды. Ә Павел селтәнеп жибәрде дә Гусевны аяктан екты һәм башы белән карга күмде. Валерка, сикереп торып, Павелга ташланмакчы иде, арага малайлар төште.

Павел Нинаны куып китте. Нина елый иде. Павел каушап калды.

— Елама! Дуслыкның ни икәннен күбесе аңламый. Мин дә, ничек итеп кызлар белән дуслашырга була инде дип, бик озак аңламый йөрдем. Ә кирәк...

— Нәрсә кирәк?

— Кимсетүләрдән өстен торырга, ахмак кыланышларга илтифат итмәскә кирәк. Миңа калса, дуслык — сынау ул: сабырсызлансаң — икәвеңә дә авыр, сабыр булсаң — үзеңә дә, бүтәннәргә дә рәхәт. Бер дә борчылма, тиеп кенә карасынна! — Ул, эсәрләнеп, йодрыкларын йомарлады. Нинаның намусын саклап калырга эзер торуйн сизүдән бигрәк, ул кыз дустан югалтам дип, чынлап торып курка калган иде.

Өйгә кайткач, Нина барысын да әнисенә сөйләп бирде. Бу юлы да, кызының гажәпләнүенә каршы, әнисе, кәефе китсә дә, болай диде:

— Егет белән кызның дуслыгына надан, явыз кешеләр гадәттә көнләшеп карыйлар. Менә шушыннан дуслыкка сынау башлана. Мыскыллап көлү, төрттереп әйтү, төрле урынсыз шаяртулар. Болар исә хәтерне калдыра, хәтта йөрәкне яралый. Ә моңа дустаның һәм үзенең намусын яклай ала торган кеше генә бирешми. Кеше

үзенен хаклылыгына ышана икән, ул үз фикерендә нык торырга тиеш. Егет белән кызның дуслыгы малайлар арасында була торган дуслыктан берәз аерыла. Малайларның берсе дә үзен-үзе кыерсыттырмый, ә инде кызлар белән булганда, үзеннән көчсез кеше өчен җаваплылык хисе уяна. Кыз бала, җиткән кыз, хатын кеше дуслыкка нәфислек, теләктәшлек күрсәтә белү, кичерешләрне аңлау, йомшак сүз белән юату төсмерен бирә.

Нинага бары бер генә нәрсә аңлашылмый: әнисе Павелны кызын яклап сугышканы өчен гаеплиме, юкмы? Нинаның әнисеннән сорарга кыюлыгы җитмәде. Әмма эченнән генә үзе батыр һәм гадел дустаны белән горурлана иде.

Гусев Нинага: «Без сине үпкәләтергә теләмәдек. Син әйбәт кыз, Волковны шаяртырга гына уйлаган идек. Гафу ит, мөмкин булса!»—дип язып бирде.

Павел белән Нинадан көлөргә теләүләр бөтенләй бетте дию дәрәҗәс булмас иде. Мыскыллы караш, урынсыз сүzlәр әйтеп кыерсыттырга маташулар әле һаман да булгалый. Тик Нина хәзер дустаны да, үзен дә якларга өйрәнде инде.

Ә алар арасындагы дуслык ныгыганның-ныгы. Икесенең дә хәтта тышкы кыяфәтләренә кадәр үзгәрде. Нина, бик тырышып, көн дә якаларын, ленталарын юа, үтүкли. Спорт белән күп шөгыльләнгәнә, сылуланып китте. Барысын да шаккатырып, Павел чәчен кыскартып кистерде. Павел Нина турында ул бик зәвыклы, туры сүзле, зур ихтыяр көченә ия дигән ныклы фикергә килде.

* * *

Кайчакта дуслык ул, иптәшен начарлык эшләгәндә дә, аны «сатмау» дип уйлыйлар. Әмма бу караш дуслыкны бервакытта да ныгытмый, чын дуслык та итми. «Сатмаган» кеше түгел, ә бәлки начар эшенә күзенә

карап әйтеп биргән яисә, тагын да әйбәтрәге, начар әштән тыеп калган, аның начарлык икәннен аңлата алган кеше чын дус була.

«Дуслык» сүзе ата-ананы, балаларны аптырашта калдыра. Дуслыкның әчтәлеге, аның чынлыгы турында яшүсмерләр үзләре дә — кызлар да, малайлар да уйлый.

Яшүсмерләр арасындагы мөнәсәбәттә яңа күренеш булган дуслыкның әчтәлеген кайвакыт бик гадиләштереп аңлыйлар. Кайбер кыз яисә малайга: «Минем белән дус буласың киләме?», «Бүген кич катокка кил, икәү бергә йөри башлыйбыз», дип әйтү яисә язып бирү дә дуслашу өчен җитә кебек.

Шул ук вакытта кыз белән малай арасындагы дуслык кебек фактка классташлары битараф кала алмый. Ата-аналар да, классташлар да бу дуслыкка берәз сагаеп карый. Мондый дуслык кызыксыну, ә кайчакта көнләшү дә уятадыр төсле. Шул чакта, мәсәлән, берәр кыздан: «Мин дә, Света кебек, берәрсе белән дуслашыр идем...» — дигән сүзләр ишетергә мөмкин.

Ата-аналар бар нәрсәне белеп торырга тиешләр. Яшүсмер һәм җиткән егет һәм җиткән кызның дуслыкка омтылышы романтик була һәм ул күчеш чорына хас кайбер психологик үзенчәлекләре белән аерылып тора. Кешеләр арасында иң яхшы мөнәсәбәтләр турында яшүсмерләрнең хыяллануы шуңа бәйле. Менә ни өчен ата-ана, сизгерлек һәм әдәплелек күрсәтеп, балаларының дуслык хисләрен дәрәс аңларга тиеш.

Галимнәр, махсус төзелгән анкеталар таратып, кыз һәм ир балаларның дуслыкны ничек аңлаулары турында мәгълүмат алырга тырышканнар. Җавапларда дуслык төшенчәсенә һәрвакытта да дәрәс мәгънә салынамавы күренгән.

Кайбер кызлар, малайлар дуслашуларының сәбәпләрен, мәсәлән, «Тышкы кыяфәте матур», «Бүтәннәр

кебек, минем дә дустым бар икәннен күрсәтәсем килә», «Аның белән күңелле, ул бик шат табигатьле, анекдотлар күп белә, менә нигә мин аны дус иттем», «Гәүдәсе сылу, күзләре матур», «Ул бик матур киенә» дип аңлата. Кайбер кыз һәм малайлар исә дуслыкның мәгънәсе хакында төптәнрәк уйлыйлар. Алар кызлар белән малайлар, шулай ук кызлар белән кызлар да, малайлар белән малайлар да дус була ала дип раслыйлар. Дуслык нинди булса да фән белән кызыксыну, бергәләп нидер эшләүгә нигезләнә, ижади хезмәт яки ижтимагый максатны күздә тотат.

Без, VII—VIII класс укучыларын жыеп, махсус әңгәмә уздырдык. Аларның күбесе, дуслык дәрәскә эзәрләнгәндә, аеруча төрле күңелсезлекләр килеп чыкканда, мәсәлән, дустың авырып китсә яисә аның өендә берәр борчу-кайгы туса, булышу бурычын йөкли дип исәпли. Кайбер кызларның җаваплары: «Дуслык игътибарлы булуны, нәзакәтлелекне, туганнарча кайгыртуны, эчкерсез яклауны, ярдәм итүне таләп итә»,— диюгә кайтып кала.

Вологда өлкәсе Шексна районы мәктәпләрендә укучы балалар белән уздырылган әңгәмә нәтижәсендә шулар ачыкланды: малайлар өчен «дуслык иң элек тугрылык, нинди генә авыр шартларга эләксәң дә, дустыңны яклай алу сәләте», «дуслар һәрвакыт гадел булырга, бер-беренә таяна алырга омтыла, малаймы ул, кызмы, дустының намусын якларга эзер тора». Дуслыкның төп билгесе, алар фикеренчә, «бер-береңә ярдәмләшү генә түгел, бәлки очраклы кешеләрдән уйламый-нитми кабул ителә торган намуссызлык, тупас аңсызлыктан, начар һәм зарарлы гадәتلәргә иярүдән дустыңны саклап, кисәтеп калырга омтылу да».

Кеше шәхесен чын-чынлап хөрмәт итүче кеше үз баласын ул үзен «мин» дип сизә башлаган минутыннан алып, шәхес буларак ихтирам итәргә тиеш.

Мәхәббәт хисе балага бик сабый чактан ук таныш. Бала әнисен, әтисен, әбисен, якын туганнарын ярата. Баладагы бу саф хисне саклау, кешегә игътибарлы, кайгыртучан, йомшак күңелле булырга өйрәтү бик әһәмиятле.

Малайларда ата-анага карата мөлаем мөнәсәбәтне, нечкә хисләрне саклау аеруча мөһим — бу исә аларда хатын-кызга ихтирам тәрбияләү өчеч иң куәтле чыганаclarның берсе булачак. Әгәр егет кеше ата-анасына карата сизгер, кайгыртучан, мәрхәмәтле булса, ул әйбәт ир һәм әйбәт ата булачак.

«Әгәр дә бала, үскәндә, үзенен ата-анасын, абый-энеләрен яки апа-сенеclләрен, үзе укый торган мәктәпне, үз Ватанын яратырга өйрәнмәсә, аның характерында тупас эгоизмның башлангыч сыйфатлары тәрбияләнсә, аның үзе сайлап алган хатынын тирән итеп яратырга сәләтле булуына ышану бик кыен»¹.

А. С. Макаренко эчкерсез, кайгыртучан һәм игътибарлы мөнәсәбәт хөкем сөрә торган семьяда тәрбияләнүче балада ике женес арасында була торган мәхәббәттән тыш булган мәхәббәт хисләре тудыруга зур әһәмият биргән.

Берәр кыз:

«Әнием минем иң якын душтым. Аның белән мин бөтен серләремне уртаклашам. Әнием миңа иптәшләрем белән булган мөнәсәбәтләремне аңларга ярдәм итә, бик күп нәрсәләрне аңлатып бирә», — дип әйтә алса, нинди күңелле булып китә.

Гадәти дуслыкны яшүсмерләр, кайчак хәтта олылар да, мәхәббәт бу дияселәре килә. Тик бу бит әле мәхәб-

¹ А. С. Макаренко. Сайланма педагогик әсәрләр. Казан, Татарстан китап нәшрияты, 1967, 411 нче бит.

бәт түгел, ә мәхәббәткә ихтыяж туу, аның турында хыялланыуына. Мәхәббәт яшә чакта туа, тик бу вакытта да әле хисләр, гәрчә көчле булса да, житлегеп житмәгән була.

Яшыли гашыйк булу тотрыксыз, үзгәрүчән һәм шуңа күрә дә еш кына ул очраклы була.

Совет педагогы психолог П. П. Блонский беренче мәхәббәт кичерешләрен җенси якынлык турындагы фикерләрдән азат булган иң саф хисләрнең берсе дип саный. Бу кичерешләр һәр егетне, һәр кызны тагын да сафрак, тагын да әйбәтрәк итә. Мондый дуслыкта бер яшә кеше икенчесен иң элек шатлык, кайгыларны уртаклаша торган иптәш итеп күрә, икесе дә кызыклы уртақ тормыш белән яшиләр. Бергәләп уку, иҗтимагый файдалы эш белән шөгыльләнү, спорт, сәнгать белән мавыкканда туган дуслык малайлар белән кызларда чын иптәшлек мөнәсәбәтләре, бер-берсен ихтирам итү хисләре тәрбияли.

Бу дуслыкта малайларның риясызлыгы, ирләргә хас сыйфатлары — үзеңнән көчсезрәк кеше турында кайгырту, дустанә ярдәм итәргә ашкыну, ә кызларның оялчанлыгы, тыйнаклыгы ачык чагыла; аның сакланып калуы күп очракта олыларның бу мәхәббәткә, бу дуслыкка карата тактлы, кайгыртучан мөнәсәбәтләренә бәйле. Дуслык мөгамәләсенен матурлыгын саклау өчен, олылар егет, кызларның җенси якынлык кылудан тыелып торуларына ярдәм итәргә тиешләр. Кайбер семьяларда малай белән кызның дуслыгы тыела, куркуга төшелә, һәртөрле катгый чаралар кулланыла. Бу хәл исә яшьләрнең дуслыкларын олылардан яшерүгә генә китерә.

Кызганычка каршы, педагоглар арасында да «мәхәббәткә» каршы административ көрәш юлына басучылар очрый, алар төрлечә тыялар, тәртипләренә билгене төшерәләр. Бөтен «гаепләре» дуслашып йөрүдән гыйбарәт булган «гаеплеләр» тирәсендә укытучы еш кына

шау-шу куптара, «жәмәгәтчелек фикере»н туплый, аларны класс жыелышында пешерә.

Кайчакта шулай да була: мәктәпкә бик нык дулкынланган ана килеп керә. «Кызым белән нишләргә? Ни бары тугызынчы класста укый, ә үзе инде бер малай белән дуслашып та өлгөргән! Малайлар белән йөргәнче, мәсьәлә чишсен иде ичмасам! Әле житмәсә, үзең дә яшь булгансың бит дип, мине, әнисен, шелтәли!» Класс житәкчесе кызны чакырып кертә дә әнисе алдында сорау алырга керешә: «Кем ул? Нәрсә хакында сөйләшәләр? Вакытларын кайда һәм ничек итеп уздыралар?»

Менә шулай бала белән ана арасында болай да кискенләшкән мөнәсәбәт, класс житәкчесенең педагогик мәгънәсезлек күрсәтүе аркасында, тагын да катлаулана.

Малай белән кызның беренче дуслыгын олылар сакларга тиеш дип әйтәбез икән, бу әле һич тә алар катнашмау ягына басарга тиеш дигән сүз түгел. Бу дуслыкка ярдәм итәргә, аңа дәрәс юнәлеш бирергә, бозыклыктан һәм эшәкелектән сакларга кирәк.

Тәрбиядә таләпчәнлек һичсүзсез кирәк, тик ул акыллы, яхшы ниятле, гадел булырга тиеш.

Ата-ананың, тәрбиячеләрнең йогынтысы яшүсмерләр һәм яшьләр тормышын оештыруның бөтен системасында күренергә тиеш.

Мәктәп коллективы зур омтылышлар белән яшәгәндә, укучылар төрле-төрле эшләргә катнашканда, малайлар белән кызлар арасында чын дуслык урнаша.

Олылар тулы канлы, иптәшләрчә мөнәсәбәт булдыруда балаларына ярдәм итәргә тиешләр. Кызларда бу дәвердә кызлык инсафлылыгы, хатын-кыз горурлыгы, ә малайларда ирләргә хас сабырлык, кыз-хатыннарга карата тирән кайгыртучанлык, сизгерлек сыйфатлары уятырга кирәк. Бу бик әһәмиятле. Кызлар белән малайларның өйдә бергә жыйналулары һәм төрле уеннар

уйнау, шигыр уку, бию, кызыклы әңгәмәләр оештырулары бик файдалы.

Егет-кыз булып житкәнче, малайлар белән кызларда тыйнаклык, намуслылык, кешене хөрмәт итү, горурлык, кешелек дәрәжәсе, хезмәткә мәхәббәт кебек әхлакий сыйфатлар нигездә формалаштырылган булса, алар арасындагы мөнәсәбәтләрнең сафлыгына шикләнер урын калмый.

Валя үзенең карашлары белән «хатын-кыз дәрәжәсе», «кызлык намусы» кебек төшенчәләрдән бигрәк ерак тора инде. Менә аның таныш егете Эдикка язган хаты. Эдик белән «мәхәббәт шаяруыннан» соң, Валя икенче кешегә кияүгә чыга һәм «әлекке дуслыгы хакына» Эдикка «күңел юаткыч» киңәшләр бирә: «Жебеп торма, көрсенеп, авыр сулап, юкка вакыт уздырып йөрүләреңне ташла. Заманча бул. Хәзерге кызлар тәвәккәл егетләрен ярата. Тәвәккәл бул. Ә инде минем сине яратмый башлавыма һәм икенче кешегә гашыйк булуыма килгәндә, мин сиңа шуны әйтер идем: мин сиңең белән вакыт уздырып кына йөрдем, ә мәхәббәт турында сөйләнгәнмен икән, андый чакта шунсыз булмый бит инде. Әкиятләрдә генә бит ул тиле кызлар егетләрен еллар бue көтеп яталар».

«Мәхәббәт» сүзе белән моннан да иркенрәк уйнарга була микән? Чын мәхәббәткә карата булган башка мөнәсәбәткә ни дәрәжәдә охшамаган ул!

Ростов шәһәрендәге бер мәктәпнең тугызынчы класында укучы Нина исемле төрле яктан белемле, бик күп укый торган, искиткеч актив бер кыз бик каты авырып китә. Врачлар, сәламәтлеге рәтләнгәнче, аңа укуын ташлап торырга тәкъдим итәләр. Кыз мәктәптән, иптәшләреннән аерылуын бик авыр кичерә. Ләкин аның дуслы Коля С., укудан кайтышлый, һәр кичне Нина янына керә, мәктәптәге яңалыкларны сөйләп чыга. Ял көннәрен ул, Нинага кирәкле жиләк-жимеш сатып алып өчен, эшкә йөри. X класста Коля кичке мәктәпкә күчә

6

Һәм заводка эшкә керә, чөнки Нинага бик әйбәт ашарга кирәк, ә әнисенен хезмәт хакы кечкенә була. Чын дус Николай, Нинаны аякка бастырыр өчен, кулыннан килгәннен барын да эшли. Ул армиягә киткәч, Нина апы бер хыянәтсез көтеп ала. Хәзер инде алар олы кешеләр, бик матур кыз үстерәләр. Бәхетле мәхәббәткә нигезләнган иптәшлек мөнәсәбәтләре дус һәм ныклы семьяның нигезен төзәргә мөмкинлек биргән.

Гадәттә, чын мәхәббәт кешегә физик һәм рухи яктан житлегү елларында килә. Чын мәхәббәттә акыл да, ихтыяр көче дә, горурлык та бар. Әгәр дә мәхәббәт карашлар, интереслар уртаклыгына, үзара хөрмәткә нигезләнган булса, ул кешенен көчен арттыра, аны зур эшләргә сәләтле итә, тормышын баета. Бу — кешене яхшыякка үзгәртә торган якты хис.

НАЧАР ГАДӘТЛӘР ҺӘМ КИРӘКМӘГӘН ЙОЛАЛАР



Күп санлы фәнни хезмәтләр исерткеч эчемлекләрнең яшъ организмга, аеруча аның нерв системасына зарарлы икәннен күрсәтә. Кызганычка каршы, ата-аналарның күбесе бу хакта белми.

...Мәскәүдә яшәүче бер төркем яшүсмер әйбәт ният белән туристик походка чыгып китә. Ата-аналары балалар кулына шактый гына акча бирә, әмма алар балаларының бу акчаны нәрсәгә тотарга уйлаулары белән кызыксынмыйлар.

Араларындагы олырак ике үсмер, «жылынырга ярар» дип, аракы сатып ала.

Малайлар елгага якынрак кына урман авызындагы аланлыкка урнаша. Балык тотарга яратучылары, аулак почмак табып, кармак сала.

Кызлар костер ягып жибәрә, жиргә юка клеенка жәеп, табын әзерли башлыйлар. Әлегә олырак ике үсмер шундук «жылынырга» тәкъдим итә. Аларның берсе, әтисеннән күрептер инде, шешәне остасына ача да стаканнарга салып чыга. Малайларның кайберләре баш тартырга тырышып карый, әмма алар да,

үзләрән «бала-чага»га санауларын теләмичә, эчеп жи-
бәрә. Бары тик өч малай гына, әле салкын төшмәгән
дигән булып, эчми кала. Аларга кызлар да кушыла.
Тик бер кыз гына, бәхәскә кереп, 30 грамм чамасы ара-
кы эчә.

Аракыны эчеп бетереп, берәр сәгать узгач, алып
килгән ризықлар ашалып бетеп, балык шулпасы пеше-
реләсе генә калгач, Лева Басин, кычкырып-кычкырып,
шигырь сөйләргә керешә һәм аны берничек тә туктатып
булмый. Ә шигырьләре ул, чыннан да, күп белә икән.
Дүрт малай көрәшә башлый. Миша Логинов бик биек
чыршы астына тәгәрәгән, аннан Мишаның соңгы яңа-
лык дип атаган жырының колакка ятышсыз авазлары
гына ишетелә. Малайларның берсе беркемгә юл куй-
мыйча, шулхәтле күп такылдый, ике малай аны, «айны-
тыр» өчен, су буена өстерәп төшә. Шул чакта малайлар
10 секунд эчендә елганы аркылы йөзеп чыгып була дип
бәхәсләшә башлыйлар. Аракы эчмәгән Коля белән Ви-
тя бәхәсләшүчеләрне тыярга тырышып карасалар да,
барып чыкмый. Бик каты ярсанган малайны «айнытып»
азапланган арада, ике малай, өс киёмнәрен салып таш-
лап, йөзеп тә китә. Қинәт аларның берсе, ярга житәргә
бер биш метрлап калганда, тыпырчынырга керешә һәм,
ул да булмый, бата да башлый. Янәшә йөзүче иптәше
аны, чәченнән эләктереп алып, ярга таба өстерәргә
азаплана, тик үзе дә су астына китә.

Балаларның кычкырган тавышын узып баручы бер
яшь врач ишетеп кала. Ул шундук суга сикерә һәм
«чемпионның» икесен дә ярга өстерәп чыгара. Малай-
ларның берсе шулхәтле күп су эчкән, ясалма сулыш ал-
дырып, аның йоткан суын чыгарырга туры килә.

Бер сәгатьтән соң хәл тагын да катлаулана төшә.
«Айнытырга» азапланып та бер эш тә барып чыкмаган
малай тагын да ярсый төшә. Теленә ни килсә, шуны
сөйли, бөтенесенә комачаулый, барысына да каршылык

күрсәтә, өч малай аны көчкә тотып тора. Ә Миша Логиновны, киресенчә, беркем дә уята алмый.

Ике малай һәм теге бәхәсләшеп эчкән кыз коса башлый, ә Лева Басинны көзән жыерырга тотына.

Хәл тагын да житдиләнә. Малайлар, ярдәм сорап, поселокка йөгәрәләр. Совхоздан машина килә һәм бәлагә тарган балаларны районның ашыгыч ярдәм күрсәтү бүлегенә илтә. Ике көннән шул мәгълүм була, Миша Логиновны больницада бер тәүлектән соң гына «уята» алганнар. Лева Басин коточкыч хәлсезлек эчендә ята. Алексей больницадан бер атна үткәч кенә чыга. Аракы эчкән кыз, башы авыртып, атна бue дәрескә йөрми.

— Кызык,— диләр балалар,— күп булса, берәр йотым, унбиш, егерме грамм аракы. эчкәнбездер инде, ә нинди хәлләргә тардык. Ярый әле, поселок якын булды, югыйсә, нишләр идек...

Яшүсмерләрнең аптырашта калуларының сәбәбе — исерткечнең ни икәннен һәм аның яш, житлекмәгән организмга ничек тәэсир итүен бөтенләй белмәүләре нәтижәсе иде.

ЭЧЕРТЕП АГУЛАДЫЛАР...

Таныш хатыным:— Валерик үлә!—диде дә үксеп елап, телефон трубкасын куйды.

Мин килгәндә, жиде яшьлек Валерик йоклый иде. Күз төшерүгә үк, баланың артык ябыклыгы, күз төпләренен күгәрәп торуы күзгә ташланды. Баланың авыруы турында сөйләгәндә, малайның ата-анасы, берсен-берсе бүлдерә-бүлдерә, өч врачны, бер профессорны гаепләделәр. Аларның сүзе буенча, Валерикның авыруы сәбәбен берсе дә белә алмаган.

— Эчертмәгән даруыбыз калмады инде. Улыбызны чыныктырып та карыйбыз, режим да саклайбыз кебек инде, югыйсә. Тик берни ярдәм итми,— диде Нина Михайловна.

Кинәт малайның тавышы ишетелде:

— Вареньелап чэй эчәсем килә...

Дәү әнисе белән эти-әниләре Валерик янына атылдылар. Улына чэй ясаганда, Нина Михайловна шкафтан шешә алды да стаканга берничә тамчы коньяк тамызды.

— Малаегызга коньяк бирәсезме әллә?!

— Курыкмагыз, доктор, бу саф виноград суы. Аннан соң, мин бит коньякны чэй я кесәленә генә тамызам, анда да әле берничә тамчы гына...

— Кайчаннан бирле шулай эшлисез?

— Бер ел чамасы... Миңа бер танышым киңәш иткән иде.

Коньякның шифалы сыйфатларына аларның ышанычлары какшамаслык иде. Мин бу мәсьәләгә ачыклык кертергә тырыштым. Күптән түгел генә якын дусларымның башына төшкән хәлне сөйләп бирдем.

Берәүләргә кунаклар килгән була. Олыларның коньяк эчкәнән күрәп, мәктәп яшендәге ике бала кухняга чыга да шунда яшереп кенә коньяк эчә. Аларның берсе тиздән гадәти булмаган тирән йокыга тала, икенчесен бик каты көзән жыера башлый, бит-куллары күгәрә. Ашыгыч ярдәм машинасы чакырырга туры килә. Тик малайны барыбер коткарып кала алмыйлар.

— Күп эчкәннәрме соң алар?— ди әби.

— Нибары берәр стопка.

Аннары мин аларга фәнни тәҗрибәләр максаты белән дингез дуңгызларының азыгына даими төстә исерткеч кушулары турында сөйләдем. Нәтижәдә 100 дуңгыз баласының 89 ы үлгән, исән калганнары да бик начар үскән, бик еш авырый торган булганнар.

Валерикның ата-анасы минем сүземә колак салмый булдыра алмады. Малайны клиникага урнаштырдылар.

...Валерикның бәхете бар икән: ул исән калды. Аның ата-анасы үзләренен гаебен таныды. Әмма ялгышучы ата-аналар аз түгел әле...

Миңа берничә ел дәвамында исерткечнең яшүсмерләр организмына тәэсирен өйрәнергә туры килде. ПТУ да укучы 900 үсмердән сорау нәтижәсендә шул ачыкланды: яшүсмерләр беренче рюмка исерткечне (сыра, шәраб, аракы, самогонны) өйләрендә эчкәннәр; шуларның 10% ы спиртлы эчемлекләр эчә торган иптәшләренә ияреп эчәргә өйрәнгән; нибары 8% ы гына бу исерткеч эчемлек тәмен татып карамаган¹. Монда да гаепнең зурысы яңа фатирга күчү, туган көн һәм башка сәбәпләр белән һич кирәксез «эчү» йолалары хөкем сөрә торган ата-аналар, семьялар өстенә төшә.

Баштарак исерткечле рюмкалар семьяга тантаналы очрақларда «гадәт буларак», «шулай тиешле» буларак килеп керә.

Кайбер семьяларда кайчак хәтта сабыйлар да «чәкәшәп» эчә. Дәрәс, аларның рюмкаларына лимонад салына, әмма шул рәвешчә, ваемсыз ата-аналар үз куллары белән балаларын упкынга өстериләр.

Гадәттә, үз-үзләренә ышанмаган, ихтыярлары көчсез булган, хис-тәэсиргә тиз бирелүчән, ягъни ялгыш тәрбия нәтижәсендә нервлары какшаган яшүсмерләр бу «эчү» йолалары белән мавыга. Әхлакый яктан тотрыксыз яшүсмерләр, эчемлекнең һәлакәтле йогынтысына жиңел биреләп, эчә башлыйлар.

Житлегеп өлгермәгән балаларның һәм яшүсмерләрнең организмына исерткечләр бигрәк тә зарарлы тәэсир итә.

Эчемлек канга эчәкләр һәм лимфа бизләре аша керә. Эчкәннән соң берничә минут узуга, эчемлекне артериаль һәм веноз канда гына түгел, бәлки лимфа тамырларының үзәк кәүсәсендә дә табарга була.

Баш миенең 14 миллиардтан артык бик сизгер нерв

¹ «Вопросы психогигиены». Л. А. Богданович, Д. Д. Федотова редакциясендә. «Психогигиена в противоалкогольной пропаганде подростков и молодежи», М., 1971, 91 бит.

күзәнәкләре эчемлекне, үзенчәлекле нерв наркотигы буларак, яшен тизлегә белән кабул итә. Пульс шундук ешая, йөрәк тибеше көчәя, ә аннары артериаль кан басымы төшә. Яшүсмерләрнең бик нык исерүләре озакка бармый, ләкин бик көчле уза. Исергәндә хәрәкәт мускуллары ярсый, бала тынычсызлана, кайчакта аны көзән жыера. Гәүдәнең бер кг авырлыгына 3—4 мл саф исерткеч туры килсә, ул баланы үтерергә мөмкин. Ул эчке органнарга һәлакәтле тәэсир итә, матдәләр алмашуын боза.

Медицина әдәбиятында балаларда һәм яшүсмерләрдә исерткеч тудырган бавыр циррозының авыр очраklары сурәтләнә. Бавыр, тоташтыргыч тукума һәм май белән капланып, бүртенә, соңыннан бөрешеп килә. Авыруның тыны кысыла, сызлана башлый һәм бавыр үз вазифаларын начар үти.

Исерткеч ашкайнату органнарының лайлалы тышчасына, сулыш юлларына, шулай ук женес бизләренен эшчәнлегенә начар тәэсир итә.

Медицина практикасы раслаганча, исерткеч эчемлекләр белән артык мавыгучы аналардан туган яисә ата-аналарының исерек чакларында яралган балалар гадәттә физик яктан көчсез була, психик яктан камил акыллы булмыйлар.

Исерткеч тәэсирендә әхлак нормалары бозыла, шуңадыр да инде, күп кенә жинаятьләренен исерек баштан эшләнүе очраклы хәл түгел.

Борынгы римлылар законы буенча, яшь кешеләргә, утыз яшькә житкәнче, спиртлы эчемлекләр эчү катгый тыелган, чөнки алар нәкъ шул елларда өйләнешә, гаилә корә торган булалар. Алай гына да түгел, туй вакытында кияү белән кызга шәраб эчәргә рөхсәт итмәгәннәр, чөнки исерү булачак балаларның сәламәтлегенә зыян китерә. Искиткеч әйбәт йола булган.

«МАНЯ + БОБА = МӘҢГЕЛЕК
МӘХӘББӘТ...»

Күрше йортта торучы Маняның ата-анасы, бик каты борчылып, төн урталарында мине үзләренә алып чыкты. Яшь пациентканың сабыйларга хас кабарып торган калын иреннәре, кызарыган күз кабаклары, нидәндер куркыган күз карашы, бөтенләй үзенә йомылган йөзе — күзгә иң элек менә нәрсә ташланды.

— Башны ташка орасыңмыни, нәрсә булганын әйтми. Тапкан бер сүз: «Барыбер яшәмим, имеш»,— диде әнисе, ачыргаланып. Аның әйткәннәре белән сүзсез генә килешеп, атасы, аптырап, кулларын жәеп жибәрде.

— Бик көйсез шул ул безнең, беркемне тыңламый, инде менә бөтенләй авырып китте,— диде карт әбисе.

— Ялкауланды, дорфаланды. Күңел ачып йөрергә генә булсын. Укуына исе дә китми... Нәрсә кирәк, шул бар, бернигә аптырамый. Ә аннан ни файда...— дип зарланышты ата-аналары.

Чыннан да, муллык күзгә бәрелеп тора. Әтисе туку фабрикасында баш бухгалтер, әнисе өлкән мастер икән. Эти-әнисе дә, әбисе дә «балалары өчен генә яшиләр». Алар Маняны да, аның энесен дә, «укый гына күрсен-нәр» дип, өй эшләреннән дә азат иткәннәр.

— Ә ничек соң, Маня бик әйбәт укыймы инде?— дидем мин.

— Киресенчә... Әле яңа гына икеле алып кайтты. Үткән атнада да алган иде... Инде менә хәзер бөтенләй теге дөньяга китәргә жыена...— диде әбисе.

Мин кызның күзләрендә каушау, хәтта өметсезлек чаткылары күрдем.

Ата-аналарына чыгып торырга куштым.

— Сөйкемлем Маня, ни булды сиңа?

Маня соңгы мода белән кистерелгән, маңгаена төшеп торган аксыл чәчләрен артка сыпырып жибәрде дә сулкылдап:

— Трамвай астына ташланырмын менә,— дип куйды.

— Сәбәбе — шул икелеме инде?— дидем мин, аның кулын тотып, һәм сиздерми генә пульсын саний башладым.

Маня бер генә мәлгә минем күзләрем белән очрашты, башын аска иде, бөтен битенә кан йөгәрде. Ул кулын ычкындырмакчы булды.

— Бәлкәм, Маня, мин сина ярдәм итә алырмын. Без әле синең белән 120 гә кадәр яшәрбез, ә?

Жавап булмады, әмма инде Маня кулын тартып алырга маташмады. Мин сабырлык белән көттем.

Ата-аналарының түземлеге житми, алар инде берничә мәртәбә керергә дә тырышып карадылар. Алар күренүгә, Маня бөтенләй тынып кала. Тора-бара ул, яшермичә, миңа бөтенесен дә сөйләп бирде. Сер әкреләп ачылды. Барысы да ата-аналарының артык сагалауларынан, кызганычка каршы, өйнең дүрт стенасы белән генә чикләнгән кайгыртуларынан башланган. Бу кайгырту артык тәэсиргә, бик иртә хис-дәрткә бирелүчәнлеккә китергән, һәм ахыр чиктә ата-ананы кызларының эчке дөньясынан читләштергән.

Ә моңа, гөнаһ шомлыгына каршы, «урам әхлагы» килеп кушылган. Житеш тормышта яшәп, урам кочагына ташланган берничә кыз һәм малай... Ата-аналары эштә, балалары өчен вакыт тапмыйлар. Тәрбия процессы трафарет сораулар белән генә чикләнә:

— Я, эшләр ничек?

— Рус теленнән бишле алдым!

— Бишле! Яле күрсәт! Менә булдыргансың!

— Әти, миңа өч тәңкә акча кирәк!— ди «булдырган егет».

— Ә нигә ул кадәр акча?

— Без шимбә көн урманга куна барабыз.

— Урманга кем акча алып бара инде?

— Азык-төлеккә...

Соңгы сүз кинәт кенә ышандырып куя, һәм әтисе тәмам күнә башлый. Шунда кухнядан әнисенәң тавышы ишетелә:

— Шулкадәр акча бирмә! Ул болай да бар нәрсәне өйдән алып китә, шуның өстенә, мин әле аларга бәләш тә пешерәм...

— Әйе...— диде уллары шыңшып, — һәммәсе дә ала, ә мин нәрсә, бүтәннәрдән ким мәллә?

— Ярар, шыңшыма, бирербез!

Менә шуннан башлана да инде... «Булдырган егет» хәзер сорамый, ә таләп кенә итә. Беркөнне ул берәз «кәефләнәп» кайта, иптәшенәң туган көнәндә ул хәтта «айныткычка» да элгә. Соңга таба, ата-аналары акча бирми башлагач, ул аларның акчаларын сорамыйча гына ала башлый. Егет кеше акча табуның бүтән ысулларын да эзләргә тотына.

Ә Маня мәсьәләсе «Маня плюс Боба = мәңгелек мәхәббәт» дигән формуладан башланып китә. Бу формуланы әнисе кызының биология дәфтәре тышында күрә. Бик каты ачуы чыккан әнисе кызының уңайсызлануын да сизми, дәфтәрен пычраткан өчен орыша башлый. Әтисе көлемсерәп кенә куя. Ата-ананың берсе дә кызларының эчке дөньясына үтеп керергә омтылып карамый.

Ә Маня күңелендә — олылар мәхәббәте турындагы серләр, малайларның запискалары, очраклы кул кысулар, романнарда «мәхәббәт битләрен» кат-кат уку, «мәхәббәткә багышланган» чит ил, ә кайчак үзебезнең кинофильмнарны карау...

Шимбә көн кичкә таба бер төркем кыз һәм малай походка чыгып китә. Аларга бер «олы кеше» дә кушыла. Менә шул инде кызыл аракы һәм аның да куәтләрәген алырга куша. Гомерендә беренче тапкыр эчкән кеше өчен бер рюмка аракы — бик күп. Эчемлек акылны жуя, шул ук вакытта җенси теләкне көчәйтә. Нәтижәсе аянычлы бетә. Маня әдәп, әхлак нормаларын бо-

за: моңа, әлеге дә баягы, яшүсмерләр арасына кысылган шул кабахәт «олы кеше» «булыша». Маня аборт ясата. Бу хәл бик авыр психик травмага китерә. Киләчәктә Маня ана була алырмы, аның хисләре тулы канлы, гармоник булырмы? Ул физик һәм рухи яктан бик иртә картаймасмы? Нерв авыруы башланмасмы? Психологик конфликтларга һәм нервларның бик нык какшавына китерүдә иртә башланган жеңси тормышның роле бик зур бит!

ТӘМӘКЕ ТӨТЕНЕ ЙӨЗӘ...

Ундүрт яшьлек Коля Снегирев, барыгызга караганда да күбрәк тәмәке тартып бетерә алам дип, дуслары Миша һәм Яша Брускиннар белән бәхәсләшә. Олылар эшкә китеп беткәч, малайлар Коляның кечкенә бүлмәсенә кереп бикләнәләр. Гадәтләнмәгәнгә, башта малайлар тәмәке төтененнән буыла-буыла йөткерәләр, күзләреннән яшь ага. Авыз эчләрендә бөрештереп китерә торган эче тәм кала. Шулай да малайларның берсе дә тәмәке тартуның күңелгә ятышсыз нәрсә икәннен сиздергә теләми. Киресенчә, малайларның иң кечкенәләреннән булган Яша, дусларыннан калышасы килмичә, тырыша-тырыша «суыра». Кинәт ул агарынып китә һәм идәнгә барып төшә. Миша коса башлый, ә класста беренче батыр саналган Коля шулкадәр хәлсезләнә ки, звонок тавышын ишеткәч, ишекне көчкә генә барып ача.

Бәхетләренә, Коляның әнисе кайткан булып чыга. Ул шундук ашыгыч ярдәм машинасы чакырta. Склифосовский институтында малайларның ашказаннарын юдырталар, йөрәк даруы бирәләр, кислород иснәтәләр. Малайларның, аеруча кечкенәсенен, тормышы куркыныч астында калган була.

Күптән түгел генә, ата-аналарыннан яшереп тәмәке тартучы бер төркем мәктәп баласының саулыгы тикшерелде. Барысының да дикъкәтьләре, фикер йөртүләре,

хэтта хэтерлэренэ кадэр начарланган булып чыкты. Шулай ук гомуми сүлпэнлек, аппетит юклығы билгелэнде.

...Кешелэр тэмәке төтөнө белән бик күптән танышканнар. Борынгы грек философы Геродот, Кытайдагы тормыш йолаларын тасвирлап язганда, яндырылган үсемлек төтөнөн сулаучы беренче тэмәкечелэр хакында искә ала.

Соңрак, XVI гасыр урталарында, Табаго провинциясендә яшәүче индеецлар тэмәке тарту белән мавыга башлый. «Тэмәке» (табак) дигән исем дә шуннан алынган. Индеецлар яши торган утрауларның берсенә матрослары белән Христофор Колумб килеп төшә. Матрослар тэмәке тартырга шунда өйрәнә.

1560 нчы елда Франциянең Португалиядәге илчесе Жан Нико Франция королевасы Екатерина Медичига «баш һәм ми авыртуларын куып чыгарырга һәм бетерергә сәләтле дару» жибәергә ышандырып хәбәр итә. Озак та үтми, бүлэк, ягъни тэмәке яфраклары килә. Аны порошок хәленә килгәнче уалар. Шулай итеп, Екатерина Медичи һәм аның сарай хезмәткәрләре «Америка яфрагын» иснәргә һәм тартырга өйрәнә китәләр.

Соңыннан бу гадәт бүтән илләргә дә бик тиз тарала. Берничә елдан тэмәке иснәү, ә аннары тарту модага керә.

Тэмәкене чамасын белмичә тартып, кешеләр агулана башлыйлар. Шуңа күрә Англиядә, Италиядә һәм бүтән илләрдә врачлар бу начар гадәткә каршы актив көрәш башлыйлар. Әмма гадәт — куркыныч авыру. Агулану очраклары балалар арасында гына түгел, олылар арасында да арта бара.

Көн буена тартылган 20 тэмәке төтөнөндә никотин, аммиак, синиль кислотасы, сөрөм (ис) газы кебек агулы матдәләр була. Шундый тәжрибә эшләп караганнар: кроликларны тэмәке төтөнө тулган камерага япканнар. Башта кроликлар ярсыган, соңыннан аларны

паралич суккан: никотиннын $\frac{1}{4}$ тамчысы кроликны шундук үтерә, ике тамчы никотиннан эг үлө.

Тәмәке төтенендә булган зарарлы матдэләр үпкэләргә һәм бөтен организмга бик начар тәэсир итә. Тәмәке тартмаучыларга караганда, тәмәке тартучылар үпкә ялкынсынуынан — 3 тапкыр, ашказаны ярасынан — 3,5 тапкыр, үпкә рагынан — 10 тапкырдан да артык, тамак рагынан 31 тапкыр артыграк үлгән.

Америка биохимигы Ф. Стронг, тәмәке тартучыларны бик күпләп тикшергәннән соң, шундый нәтижәгә килгән: көн буена ярты пачка сигарет тартып бетерә торган кешеләрнең, тартмаучыларга караганда, үпкә рагы белән 10 тапкыр артыграк авырулары ихтимал икән. Әгәр дә кеше көн буена ике пачка тартып бетерсә, авырып китү куркынычы 27 тапкыр арта!

Тәмәке агуы кешенең нерв системасына һәм кан тамырларына аеруча көчле тәэсир итә. Аның еш кына хәтере, игътибары начарлана, йокысы кача, невроз күзәтелә.

Кайберәүләр, никадәр күп тәмәке тартсаң, шулкадәрле үзеңне әйбәтрәк сизәсен дип уйлыйлар. Бу бик зур ялгышу. Англия врачы 40 яшьлек ир кеше белән булган хәл турында яза. Ул кеше, бик бирелеп эшлэгәндә яисә бик каты арыганда, һәрвакыт тәмәкегә ябыша торган була. Беркөнне шулай 12 сәгать буена ул 40 сигарет һәм 14 сигара тартып бетергән. Бу хәлдән ул бик каты ярсый, йоклый алмый. Күз карасы киңәя, күз кабаклары, куллары калтырый, битен көзән жыера башлый. Температурасы $35,5^{\circ}$ ка төшә. Шул көнне берничә сәгатьтән бу кеше үлөп тә китә.

Кызганычка каршы, кызлар, хатыннар арасында да тәмәке тартучылар бик күп. Тәмәке тартучы хатыннарың каны һәм күкрәк сөте белән тәмәке төтенендәге агулы матдэләрне бала үзенә алуын күп кеше белмидер, тәгаен. Тәмәке тартучы хатын-кызларның йөзләре, үзенң матурлыгын югалтып, бик иртә сорылана, тән тире-

се үзенек сәламәтлеген, ягъни эластиклыгын югалта. Шул рәвешчә, хатын-кыз вакытыннан элек картая.

Тәмәкенек наркотик тәәсиреннән котылу жиңел түгел, ләкин тәмәке тартуны берьюлы ташларга кирәк.

НӘТИЖӘСЕ

Венерик авырулар турында сүз чыкканда, яшь кешеләрнең күбесе аларның нинди авырулар икәннен белми, ата-аналар, күрәсен, балаларына бу авырулар хакында мәгълүмат бирүне кирәк санамыйлар.

Венерик авырулардан иң күп таралганнары сифилис һәм гонорея.

Бу авырулар турындагы мәгълүматлар бик борынгыдан килә. Гонорея турында без, мәсәлән, борынгы грек врачы Гиппократ язмаларынан табабыз. Абу Али ибн-Сино (Әбугалисина) сифилиска бик охшаган авыру хакында яза. Дөрөс, сифилисның Европа-Азия континентында кайчан килеп чыгуы хакында галимнәр арасында бәхәс бара. Кайберләре, бу авыруны Европага Колумб матрослары алып килгән (XV гасыр ахыры) һәм ул эпидемия рәвешендә бик тиз таралган дип исәпли.

Авыру кешедән таза кешегә гадәттә җенси якынлык кылганда йога торган авыруларны венерик авыру диләр. Венерик авырулар проституция, җенси тотнаксызлык хөкем сөргән җирләрдә бик жиңел тарала. Гәрчә буржуазия, үзенек әдәплелеген бик тырышып яклап, җенси бозыклыкны шәхес «иреге», мәхәббәт «иреге» белән аңлатса да, Көнбатышта бу авыруларның күбәюе — законлы күренеш. Капиталистик илләрдә бу авырулар, буржуаз җәмгыятьнең болай да тотрыксыз әхлак нигезләрен какшатып, икенче бөтендөнья сугышынан соң аерата күп тарала. Сәламәтлекне саклауның Бөтендөнья оешмасы 50 нче ел урталарында венерик авыруларның күбәюен билгеләп үтте.

Безнең илебездә венерик авыруларның социаль жир-
леге юкка чыгарылды. Һәм бу авыруларның саны бар-
мак белән генә исәпләнә. Әмма авыру йоктыру куркы-
нычы бар әле: венерик авырулар — гаилә коруга, гаилә
тормышына, балаларга карата жиңел караш нәтижәсе.
Венерик авыруларның бик зур бәхетсезлекләргә китерүе
мөмкин.

Хәзерге көндә дә сифилис һәм гонорея белән авыручы-
лар очраштыргалый; сирәк кенә йомшак шанкр очрый.

Сифилис авыруын аксыл спирохета, янса трепонема
дип атала торган микроб китереп чыгара. Бу микроб
кеше организмына нигездә женси якынлык кылганда
гына элэгә. Сифилис белән авыручылардан эләккән ми-
кробларның көнкүрештә төрле әйберләр аша йогуы —
хәзерге көн өчен бик сирәк күренеш. Сифилис белән
авыручы ананың үз баласына карында чакта ук авыру
йоктыру хәлләре дә бетеп житмәгән, бик сирәк булса да
очрый. Бусы — тумыштан килә дип исәпләнгән сифилис.

Сифилис — бик мәкерле чир. Авыру йоктырган кеше,
гәрчә аксыл трепонема, бик тиз үрчеп, бөтен организмга
таралса да (бу инкубация чоры дип атала торган дә-
вер), айга якын, кайчакта хәтта озаграк та берни сизми.
Аннары трепонема эләккән урында, гадәттә женес ор-
ганнарында, каты яра (шанкр) килеп чыга, тик ул да
әле авыртмый. Яра тирәсе нормаль, температура күтә-
релми. Шуңа күрә кеше, аны сизсә дә, бигрәк тә хатын-
кыз (ә аларда шанкр женес органнарында бик эчтә бу-
лырга мөмкин), илтифат итми һәм үз вакытында врачка
күренми. Хәтта янәшәдәге лимфа бизләренен (касык
һ. б.) шешенкерәп китүенә дә күбесенчә игътибарсыз
калалар. Ай ярым, ике айдан соң яра юкка чыга. Ә авы-
ру куәтләнә, икенче чор дип аталган дәвердә, авыру
йоктырганнан соң (9—10 атнадан соң), тәндә, ботларда,
кайчакта авызның, тамакның лайлалы катлавында вак
кына аксыл-алсу таплар тибеп чыга. Гадәттә ул таплар
күзгә ташланмый, кешенен кәефе әйбәт була, шуңа күрә

ул аны сизмәскә дә мөмкин. Дөрөс, жөнөс органнарында, арт юл тирәләрендә таплар һәм төөнәр күрөнә башлы, аларның кытыршылыгы һәм сүл килеп торуы үзөнә игътибар иттерә. Инде авыру кеше бу чакта да врачка мөрәжәгать итмәсә, әлегә таплар эссез югала, һәм яшерен чор башлана. Күпмедер вакыт узгач, вакыт-вакыт берникадәр тап тибеп чыгып, яшерен чорның өзәлгәләп торуы мөмкин...

3—5 яисә тагын да күбрәк елдан соң сифилис өченчә чорга керә. Бу вакытта инде организмның төрлө органнарында сифилис төөнәре — гуммалар барлыкка килә. Төөнәр башта эрен жыя, соңыннан жөй ясап төзәлә. Гуммалар теләсә кайсы органы эштән чыгарырга сәләтлө; шуңа күрә, мәсәлән, бавырга гумма зарар китерсә, моның соңы ни белән бетәчәген аңлатып торуның кирәге юк. Тәнгә таралган гуммалар тирән яра ясый, ә яралар батып кәргән жөй булып кала; борын өстә сөягенә таралганнары борынның эчкә батып кәренә сәбәп була һ. б.

Сифилис баш һәм арка миен зарарласа, нәтижәсә бигрәк тә авыр була: авыртулар, йөрүнең, кул хәрәкәтенең, бәвел чыгаруның бозылуы, сукуяраю, һаман арта барган паралич — жыеп кына әйткәндә, кеше шәхес буларак тәмам юкка чыга.

Сифилисның өченчә чоры, сәләмәтлөкне бик нык какшатып, бик әкрән уза.

Сифилис беренчә һәм икенчә чорында ифрат йогышлы, шуңа күрә авыру бу чорда үзә белән жөнәс мөнәсәбәткә кәргән кеше өчен бик куркынычлы. Авырулар көнкүрештә үзләрен жыйнаксыз тотсалар, сифилис таплары авыз эченә тибеп чыккан булса, аксыл трепонемалар савыт-сабага, тәмәкә төпчегенә, ирен буявына эләгергә һәм шулар аркылы сәләмәт кешегә йогарга мөмкин. Сәләмәт кешегә эләккән микроб, аның авыз эчендә күзгә күренми торган кечкенә генә жәрәхәт, тырналган жир тапса да, шулар аркылы эчкә үтеп керә. Бу инде сифилисның

көнкүрештә йогуу була. Өченче чорда трепонемалар гадәттә тукумаларның эченә бик тирәнгә үтеп керәләр, шуңа инде авыру үзенә бу чорында әйләнә-тирәдәгеләр өчен куркыныч булмый.

Сифилисны дэвалау бик катлаулы һәм хәйран озакка сузыла. Аның характерын, дәвамлылыгын һәм, ниһаять, сәламәтләнүен белгеч-врач кына билгели ала. Пенициллин яисә бүтән берәр антибиотик ярдәмендә генә үзен-үзе дэваларга өметләнгән кешеләр бик нык ялгышалар. Үзене үзе дэваларга маташу авыруның басылып то-руына китерер, сәламәтләнгән сыман тоелыр, ә аннары «ялган врачлык» кылучыны сифилисның өченче чоры билгеләре, яисә иң якын, иң кадерле кешесенә авыру йоктыру хәсрәте аяктан егар. Сифилис белән авыручы бала туса, бу чир бигрәк тә фаҗигале итеп үч алып.

Сифилис белән авыручы хатын, бәбигә узса да, баласын күбесенчә таба да алмый, сифилис йоктырган бала карында чакта ук үлә, нәтижәдә бала төшә яисә ана үле бала таба.

Әмма еш кына сөякләре, эчке органнары, тән тиресе (яңа туган баланың тәне куыклы була) бик каты зарарланган һәм гомере буге газап чигәргә дучар ителгән бала туа.

Кайчакта авыру анадан карап торышка сәламәт күренгән бала туа, һәм 5—10 яшькә, кайчак аннан да олырак яшькә кадәр авыруның бернинди билгеләре күренми. Менә кинәт баланың башы сызлый, аны көзән жыра, ул начар ишетә, начар күрә башлый һ. б. Балаңның авыруында үзе гаепле икәнне танудан да ачырак хәсрәт бар микән?

Хәлбуки, сифилисны дэвалап бетереп була, тик мәгълүм бер методикага нигезләнгән тулы курс кына сәламәтләнүне, атап әйткәндә, нәселне саклауны гаран-тияли. Тулысынча дэваланып житү өчен, авыруның нинди чорда булуына, авыручының хәленә һәм бары врачкагына мәгълүм булган бүтән билгеләргә карап, 8 гә якын

дэвалау курсы уздырыла. Авыручылар исэ, беренче билгелэр юкка чыгу белэн, дэвалануны тизрэк туктатырга ашыгалар. Зур ялгышу бу.

Тэмам дэваланып беткэч тэ, сифилисны яңадан йоктыру куркынычы бар, чөнки аның иммунитет калдырмавын эйтергэ кирэк.

Гонореяны гонококк дигэн микроб тудыра. Гонококклар, башлыча сидек органнарын зарарласа да, кан белэн телэсэ кайсы органга һәм тукумага үтеп кереп, аларны да бик нык зарарлый ала.

Гонорея гадэттэ бу авыру белэн күптәннән авырып йөри торган кешедән йогарга мөмкин. Алда эйтеп кителгәнчэ, авыру кеше белэн бергэ йоклаган, аның сөлгесеннән, мунчаласыннан файдаланган кыз балаларның авыру йоктыру ихтималы бар. Авыру ананың да, баласын тапкан чакта, аңа авыру йоктыруы мөмкин. Моннан тыш, баланы тудырганда, гонококклар, баланың күзенэ кереп, еш кына кешене сукурайта торган бленорея дигэн авыру китереп чыгаралар.

Сифилиска караганда, гонореяның инкубация чоры кыскарак: 3—6, кайчак 7—15 көн дәвам итэ. Гәрчэ бу чорда гонококклар бик тиз үрчесэлэр дә, авыру кеше үзен эйбэт сизэ. Аннары ирлэрдэ сидек чыгару каналынан бүлендек килэ башлый һәм, сигәндэ, кисеп авырту була. Гадэттэ, бу күренеш үзен сиздерэ башлый һәм кешене врачка күренергэ мәжбүр итэ. Эгәр авыру кеше дэваланмаса яисэ үзе белгәнчэ дэваланса, өстэ саналган билгелэр экренлэп юкка чыга, авыру хроник төс ала. Хэзер ул озакка сузылырга мөмкин. Авыру кешедән эледән-эле берэз бүлендек килэ һәм сидек чыгару каналында кычыту сизелэ. Авыручы үзен эйбэт сизэ, э шул ук вакытта гонококклар простатик бизгэ, сперма капчыгына, күкәйлэрнең өстәлмэлэрэнэ үтеп керэ һәм аларда ялкынсыну китереп чыгара. Кайчак бу органнарда процесс бик тиз бара: бик каты авырта, сидек чыгару тоткарлана, температура күтәрелэ. Сидек чыгару каналының тараюы

бик куркыныч, бу чакта сию авырлаша, кайчакта хэтта кеше бөтенләй сия алмый башлый. Ләкин гонорея авыруы, акрынлап баласыз калуга һәм жени сәләтсезлеккә сәбәп булса да, ул кадәр күзгә ташланырлык үзгәрешләр китереп чыгармый.

Хатын-кызларның гадәттә аналык жиңсәсе, аннары сидек юлы зарарлана. Бу чакта авыру хатын сидек чыгарганда, ирләр кебек, авырту сизә һәм, зарланып, врачка мөрәжәгать итә. Ләкин еш кына авыртулар булмый, күренгән бүлендекне авыру хатын гадәти ак килү дип кабул итәргә мөмкин. Шул вакыт эчендә ялкынсыну процессы, аналыкны, көпшәләрне, күкәйлекләрне зарарлап, тарала гына бара. Башлангыч гонорея дип аталган бу авыру эчкә женес органнарының бик нык үзгәрүенә китерә, нәтижәдә бала яралгысының аналык көпшәсенә урнашуы, бала төшү, ниһаять, баласыз калу очраклары да була.

Авыру хроник формага күчкәнче гонореяны дөвалау шактый жиңел, һәм кеше тиз көндә тулысынча сәламәтләнә. Үзенә үзен дөвалап маташу гонококкларның да-руга каршы торы сәләтен генә арттыра. Шуңа күрә үзе «дөваланган» кешегә врач та тиз генә ярдәм итә алмый. Хроник гонореяны дөвалау катлаулана һәм кешене мәгълүм тыелуларга дучар итә: бу чакта ачы һәм тозлы ризык, каклаган балык ашарга, исерткеч эчемлекләр (аеруча сыра) эчәргә, авыр әйбер күтәрергә һ. б. ярый. Женеси якынлык кылу бөтенләй тыела.

Кешенең гонореядан төмам тазарып житүен, кабат махсус анализлардан соң, врач кына әйтә ала. Гонорея белән авырганнан соң да иммунитет калмый.

Яшь кешеләр, башкалар белүдән куркып, гадәттә венерик авыруларын дөвалаудан качып йөриләр. Бу куркулар урынсыз, чөнки СССРда авыруның сәре изге саклана. Әлбәттә, яшь егет белән яшь кызның жени азгынлыкларын танулары аларга күркәмлек өстәми. Әмма бу авыруларны вакытында дөваламасаң, яшьләренең

үзләре өчен дә, аларның булачак балалары өчен дә куркыныч икәннен исәпкә алып, ничек кенә булса да оятны бер якка куеп, врачка күренергә һәм терелгәнче дәваланырга кирәк.

Венерик авыруларны очраклы рәвештә йоктырган кешеләрнең күңелләре аеруча төшә, алар, үз авыруларын бик зур бәхетсезлеккә санап, бик борчылалар, бигрәк тә авыру азган һәм дөвалау сроклары авышкан вакытта дәваланып терелүгә ышанмыйлар. Мондый күренешләр, күбесенчә, сифилис белән авыручыларда күзәтелә.

Кеше берьюлы сифилис та, гонорея да йоктырган чакта һәм ул чыганакны яшергәндә, дөвалау катлаулана. Сифилис билгеләренә караганда, гонорея билгеләре иртәрәк беленгәнгә, башта гонореяны дөвалый башлыйлар. Бу чакта кулланылган дарулар сифилисның инкубация чорын озайта. Сифилисның билгеләре беленгәч инде, аны дөвалавы катлаулана төшә.

Моннан котылу өчен, яшь кеше, яшермичә, врачка авыруны кемнән йоктырганын сөйләп бирергә тиеш. Хатын (я ир) кешене тикшергәннән соң, врач авыруның ике төрен дә ачыклай һәм шундук авыручыларның икесен дә сифилис белән гонореядән берьюлы дөвалый башлай. Алар, врач киңәшләрен төгәл үтәгәндә һәм дөваланыуның тулы курсы үткәндә, ике авырудан да котылалар.

Белә торып, венерик авыруларны чит кешегә юри йоктырган кешеләрне бездә хөкемгә тартуны һәм ирекләреннән мәхрүм итүне яки төзәтү-хезмәт эшләренә җибәргәнне яшьләр белергә тиешләр. Сәламәтлек саклау оешмаларының венерик авыру белән авыручыларны мәҗбүри рәвештә дөваларга хаклары бар.

Җенси якынлык кылу юлы белән йога торган авырулар турында сөйләгәндә, трихомоноз турында берничә сүз әйтеп китмичә булмый.

Элегрәк бу авыруны «хатын-кыз» (гинекология) авыруы гына дип исәплиләр иде, шуңа күрә аннан хатыннарын гына дөваладылар. Хәзер трихомоноз белән

ирләрнен дә авыруы мәгълүм булды, тик бу авыру билгеләре аларда артык ачык беленми. Бу авыруны тарата торган трихомонадлар күбесенчә ирләрдә була икән. Бу микроб сидек юлы органнарын зарарлый. Бу авыруны я авыручылардан яисә паразит йөртүчеләр дип саналучылардан (алар ир я хатын-кыз булырга мөмкин), ягъни авыру билгеләре булмаса да, сидек юлларында трихомонадлар яши торган кешеләрдән йоктырырга мөмкин. Ирләр бу авыруны якынлык кылганда гына, хатын-кызлар, сирәк булса да, мунчала, губка һәм башка әйберләрдән, ягъни авыру кешенең бүлендекләре эләккән әйберләрдән йоктырулары ихтимал.

Трихомоноз озак еллар дәвамында яшертен рәвештә узарга мөмкин. Бу чакта хатын-кызларда, күбесенчә бот араларын һәм ботларны кычыттырып, борчып тора торган күбексыман ак килү арта.

Ирләрдә сидек чыгару каналыннан берәз бүлендек килергә мөмкин, әмма күбесенчә бернинди дә билгеләр булмый. Кайчакларда хатын-кызларның да сидек чыгару каналлары зарарлана, ә ирләрнең простатик бизләре, күкәй өстәлмәләре һ. б. бозыла.

Шушы саналган билгеләр авыруны дөвалауның үзенчәлекләрен дә китереп чыгара: ир белән хатын икесе дә дөваланырга тиеш һәм алар никадәрле иртәрәк дөвалана башласалар, шулкадәр әйбәтрәк булачак. Әлбәттә, дөваланган вакытта түземлек, төгәллек, диета саклау, ягъни ачы һәм тозлы әйберләр ашамау, исерткечләр эчмәү кирәк, шулай ук женси якынлык кылудан тыелып торырга туры килә.

ЖЕНСИ ТӘРБИЯ ҺӘМ ШҮЛ ТУРЫДА БЕЛЕМ БИРҮ

Яшьләр кирәкле белем булмау һәм кайбер нәрсәләрне дөрөс аңламау нәтижәсендә төрле ялгышлар ясаудан саклана алырлык мәгълүматны мәктәптә алып чыгарга тиеш.

Бу иң элек әхлак тәрбиясе бирүгә кайтып кала. Әхлакый белем бирү—тойгыларны тәрбияләү, үз-үзеңне то-туның әхлакый нормаларын формалаштыручы катлаулы процесс. Дөрес женси тәрбия бирүнең шулай ук әхлак тәрбиясенә керүен аңлатып торуның хажәте юктыр.

Женси тәрбия дигәннән без нәрсә аңлыйбыз соң?

«Балада — намуслылык, эшкә сәләтлелек, саф күңел-лелек, дөрес сөйләү гадәте, башка кешеләргә, аларның кичерешләренә һәм интересларына карата... ихтирам тәрбияләү белән бергә без аны женси яктан да тәрбия-либез»,¹— дип язды А. С. Макаренко. Фикерен дәвам итеп, женси тәрбия мәсьәләсе, «аны тәрбиянең башка мәсьәләләреннән аерып караганда һәм аңа кирәгеннән артык әһәмият биргәндә генә, ул кыен мәсьәләгә әйлә-нә», дип яза.

Чыннан да, женси тәрбияне махсус мәсьәлә итеп ал-маска һәм яшьләргә тәрбияләүнең гомуми проблемасын-нан аерып карамаска кирәк, ләкин, икенче яктан, без аның гомуми тәрбия мәсьәләләре эчендә югалып калуы белән дә килешә алмыйбыз.

Женси тәрбия мәсьәләсе — үзенең күпкырлылыгы һәм гомуми тәрбия мәсьәләләренә буйсынуы белән бер-гә, махсус педагогик төшенчә дә ул.

Гомуми әхлак тәрбиясе үсешенең югары дәрәжәсе, әхлак нормаларын үзләштерү шәхси тормышның мораль эчтәлегенең шул дәрәжәсен тәмин итми әле. Әхлаклы-лыкның, яхшылыкның иң камил үрнәкләре кешенең хез-мәт һәм җәмәгать эшчәнлегенә өлкәсенә тирән үтеп керер-гә мөмкин, әмма шундый ук тирәнлек белән аның шәх-си тормышына үтеп керми. Бу күренешне аңлап җиткер-мәү еш кына шуңа китерә: кешенең шәхси тормышына педагогик яктан тәэсир итү мәҗбүри түгел дип карый-лар, кешенең хезмәттәгә һәм иҗтимагый тормыштагы

¹ А. С. Макаренко. Сайланма педагогик әсәрләр. Казан, Татар-стан китап нәшрияты, 1967, 404—407 битләр.

уңышлары аның шәхси тормыштагы рухи сафлығын һәм намуслылығын тәмин итә дип уйлыйлар.

Без алдагы бүлекләрдә балаларның физик яктан иртә житлеген, ә граждан буларак һәм социаль яктан өлгерүе шул килеш калуын әйтеп киткән идек инде.

Моннан педагогик бурычларның берсе — ихтыяр көчен, үз хисләренә хужа була белү, кирәк чакта аларны тыя белүне тәрбияләү бурычы туа.

Бик катлаулы бурыч бу. Бала тугач та, аны хәл итәргә керешергә кирәк. Җенси житлегү чорында бу мәсьәлә авыррак хәл ителә. Бу чорда яшүсмерләрнең, аннары егет һәм кызларның көчләрне, тырышлыкларын иҗтимагый файдалы эшкә юнәлдерергә, аның да акыл һәм ихтыярны ныгыта торган төренә тартырга кирәк. Мәхәббәт хакында, булачак ир белән хатынның, ана белән атаның бурычлары һәм вазифалары хакында ата-аналарның, педагогларның үз вакытында оста һәм әдәпле итеп уздырылган әңгәмәләре дә бик кирәк.

Бала үсешенәң биологик үзенчәлекләрен дә истә тотарга кирәк. Малай һәм кызлар, биологик үзгәлекләре аркасында, аерым тәрбия таләп итә, һәм безнең педагогикабыз бу хәл белән исәпләшмичә кала алмый.

Җенси тәрбия — ата-аналарның педагоглар белән бергәләшеп тормышка ашыра торган гомуми тәрбия мәсьәләләренәң бер өлеше ул.

Ләкин яшь буенча җенесләр гигиенасына, балаларда була торган кайбер авыруларны һәм начар гадәтләрне кисәтүгә бәйле мәсьәләләргә хәл итү өчен, һичсүзсез, белгеч-врачның катнашуы кирәк. Чөнки җенси тәрбия мәсьәләсе — кешеләрнең сәламәтлегенә, эшчәнлегенә, рухи күтәренкелегенә, гайлә тормышларының нормаль булуына бәйле социаль-гигиена проблемасы да.

Бездә, кызганычка каршы, еш кына җенесләр мәсьәләсенәң бөтен эчтәлегә медицина, анатомик-физиологик яктан белем бирүгә кайтып кала. Менә шуннан җенси тәрбия мәсьәләсе хакында бетми торган сөйләшүләр,

мондый тәрбиянең кирәклегенә хакында бәхәсләр, женски кичерешләрдән борчылып, бөтен барлыкларын шуңа юнәлтерләр дип куркудан ул тәрбиянең кирәклеген инкар итәргә тырышулар килеп чыга. Әмма мондый кире кагулар, әкреләп, кешедә женеснен, яшерен көчләренң булуын инкар итүгә китерә, ә безгә, киресенчә, аларны кешененң тормышын чын мәгънәсендә кешечә итәр өчен тәрбияләргә кирәк. Бу көчне контрольсез калдырырга ярамый. Шуңа чакта гына женски тәрбия кеше шәхесен тәрбияләүнең бер өлеше булчак.

Бала нинди женестән булуга карамастан, ике арада дуслык һәм ышаныч урнаштыра алган кеше женски тәрбия мәсьәләсен уңышлы хәл итә. Менә шуңа күрә дә балалар белән бу четерекле темага тәҗрибәле врач, хөрмәткә лаек педагог, үз балаларының ихтирамын казанган ата-ана гына сөйләшә ала.

Яшьләргә әйтер сүзләре булган медикларның, педагог, тарих укытучысы, шагыйрь, философларның, бер сүз белән әйткәндә, чын мәгънәсендә әйбәт кешеләрнең бергәләшеп тырышлык куюлары таләп ителә.

Балалар, егетләр, кызлар белән сөйләшергә жыенган кешененң житәрлек дәрәжәдә белеме, тормыш тәҗрибәсе, бик әдәпле булуы мөһим.

Женски мәсьәләләр, әлбәттә, мәктәп күләмендәге жыелышларда сөйләшү өчен тема була алмый. Яшүсмергә акыллы китап белән икәүдән-икәү калуы әйбәтрәк. Тик, кызганычка каршы, женски тәрбиягә кагылышлы акыллы китаплар алай күп түгел, ә ул мәсьәләләр бик катлаулы һәм күп кырлы бит.

Әмма, аңлашылмаган мәсьәләләрне олы кешененң үз вакытында, жанлы тел белән, акыллы итеп аңлатып бирүен берни дә алыштыра алмый.

Әлбәттә, бу мәсьәләләрдә олыларның тәкъдим, күрсәтмәләре генә житми, яшүсмерләреннң үзләреннң дә үз хис-тойгылары, үз-үзләрен тотышлары хакында катгый уйланулары бик әһәмиятле. Һәр бала — шәхес бит,

аның үзенен кабатланмый торган психик үзенчәлекләре, үзенә хас көнкүреше, аз булса да, тормыш тәҗрибәсе бар.

Мөгаен, педагог, өйрәтә башлаганчы, үз укучыларының холкын җентекләп өйрәнергә, алар хакында күбрәк белергә тиештер. Шул чакта гына укучылар белән ничек әңгәмә алып барырга, нәрсә сөйләргә кирәклеген аңлау җиңел булчак.

Укучылар белән җенескә, мәхәббәткә, дуслыкка, малайлар белән кызлар арасындагы мөнәсәбәтләргә кагылышлы мәсьәләләр хакында ничек сөйләшергә? Малайлар белән аерым, кызлар белән аерыммы? Әллә һәр ике җенес белән берьюлы сөйләшергәме?

Тегесе дә, монысы да, өченчесе дә мөмкин.

Иң әйбәте — һәр шәхес белән аерым сөйләшү. Бу чакта теге я бу егетнең үз-үзен ялгыш тотышы хакында сөйләшергә, үз кичерешләрендә буталып калса, аңа әйбәт киңәшләр бирергә була.

Малайлар белән аерым, кызлар белән аерым әңгәмә уздырган чакта, врач җенси җитлегүнең физиологиясе, җенси гигиена турында сөйли ала; врач киңәшләре фәнгә нигезләнгән һәм аңлаешлы булырга тиеш, ике төрле аңлауларга юл калырга тиеш түгел.

Әңгәмә вакытында кызлар намусы, егетләрнең ирләргә хас дәрәжәсе турында, егет һәм кызларның үз-үзләрен тотышларында чын күңелдән нечкә хисләр булуын әйтер өчен, педагог кирәкле сүзләр табарга тиеш. Ә егет, кызларны бергә җыеп сөйләшү коллективта җенси тәрбиягә кагылышлы гомуми мәсьәләләр турында дәрәҗә иҗтимагый фикер булдыру өчен кирәк.

Гадәттә, алдан төзелгән план буенча уздырыла торган күп санлы әңгәмәләргә җенси тәрбия «системасы» дип аңлыйлар. Бәлкем, укучыларның кайберләре өчен ул әңгәмәләр кирәктер дә. Әмма барысы өчен дә түгел. Бәлкем, ир яисә кыз бала белән мәктәптә укыган елларында күп булса бер мәртәбә сөйләшү җитәдер, тик бу

сөйлөшү аларның гомерләрендә истә калырлык һәм үз-үзләрән тотышларына юнәлеш бирерлек булырга тиеш.

Женси тәрбия балаларның яшь аермаларын һәм мәгълүм бер класс яисә мәктәп коллективының үзенчәлектәрен исәптә тотып эшләнәргә тиеш.

Женси тәрбиягә кагылышлы мәсьәләләргә аеруча зур әдәплелек белән карау таләп ителә.

Женси тәрбия мәсьәләсе — бик деликат мәсьәлә, аны хәл иткәндә, бернинди дә тупаслыкка, ирексезләүгә, алдашуга, ашыгуга юл куелырга тиеш түгел.

А. С. Макаренко, женси тәрбия мәсьәләсе — жenes-ләр мәсьәләсенә чын күңелдән ихтирам белән карауны тәрбияләү ул, дип юкка гына әйтмәгән.

Үз урынында һәм әдәп белән әйтелгән сүз кирәк. Дөрөс сүз кирәк. Чынлыктан читкә китмичә, шул ук вакытта хакыйкәтне бозып күрсәтүләргә юл куймыйча эш итәргә кирәк.

Иң читене — сөйлөшү вакытында дөрөс тон табу. Монда инде тәвәккәллек һәм әдәплелек тә, житдилек һәм чамасын белеп шаярту да, тыңлаучыга ихтирам һәм ышаныч та, фикер ачыклығы һәм чын күңелдән йомшаклык күрсәтү дә таләп ителә.

Педагогның белем һәм шәхси сыйфатлары, врачның, ата-ананың әдәплелеге һәм сиземләве аларга бала яисә яшь егет белән ничегрәк сөйләшергә кирәклеге аңларга ярдәм итәчәк. Женси тәрбия мәсьәләсендә женси белем бирү үз урынын алырга тиеш. Бу төшенчәләр, гәрчә бер дәрәжәдә булмаса да, үзара тыгыз бәйләнгән. Чөнки анатомия, физиология һәм гигиена мәсьәләләренән алган мәгълүматлар үзләре генә кешене әхлакый яктан саф итә алмый, аның үз-үзен дөрөс тотуына тулысынча гарантия бирми.

Женси тәрбиягә караган белем бирү балаларның женси яктан житлегүләре хакында, малай һәм кызларның төрле яшьләрдә анатомик-физиологик һәм психологик үзенчәлектәре хакында, тормыш-көнкүреш шартла-

рының, тәрбиянең жеңси яктан үсешләренә тәэсире ха-
кында әңгәмэләрдән гыйбарәт. Үсмер кызлар, житкән
кыз һәм житкән егетләр гигиенасына, көнлек режимга,
туклану, дәрәс итеп киенүгә багышланган әңгәмәләр
дә жеңси яктан белем бирүгә керә.

Монда хатын-кызга, анага ихтирам, кыз кешенең
сафлыгы, егетнең, ирнең намусы һәм дәрәжәсе, үзара
ихтирам, оялчанлык, тыйнаклык, дуслык, мәхәббәт ке-
бек әхлак-этик характердагы мәсьәләләр дә читтә ка-
лырга тиеш түгел. Бу аңлашыла да: әхлак мәсьәләлә-
рен читләтеп үтә торган белемнең жеңси тәрбиядә фай-
дасы булыр микән?

Жеңси тәрбиягә караган белем бирү укучыларны
югары культуралы, шәхси мөнәсәбәтләрдә тугрылыклы
итеп тәрбияләргә булышсын иде, егет һәм кызларны
женесләр физиологиясе һәм гигиенасына кагылышлы
мәсьәләләрдә белемле итсен иде.

УҚЫРГА ТӘКЪДИМ ИТЕЛӘ ТОРГАН ӘДӘБИЯТ ИСЕМЛЕГЕ

- Алешина В. Чтобы вырос настоящий мужчина. «Семья и школа», 1964, № 4.
- Аркин Е. А. Дошкольный возраст. М., Учпедгиз, 1948.
- Аркин Е. А. Родителям о воспитании. М., Учпедгиз, 1957.
- Богданович Л. Воспитание чувств. «Огонек», 1972, № 26.
- Болдырев Н. И. Воспитание коммунистической морали у школьников, изд. 2. М., Учпедгиз, 1956.
- «Вам, девушки». Сб. статей. Составитель О. В. Коробкевич. М., «Медицина», 1956.
- Властовский А. Акселерация — одна из загадок XX века. «Наука и жизнь», 1966, № 12.
- Волкова Е. И. Отец и мать как воспитатели. М., Изд-во АПН РСФСР, 1956.
- Гандельсман А. В., Смирнов К. М. Физическое воспитание детей школьного возраста. М., «Физкультура и спорт», 1960.
- Гыне И. Юноша превращается в мужчину. М., Медгиз, 1960.
- Захарова Л. Пусть дочери растут гордыми. «Семья и школа», 1966, № 5.
- Земная О. О любви. «Семья и школа», 1966, № 11.
- Иванова Л. А если это любовь? М., «Знание», 1963.
- «Искусство в школе» (под редакцией Ю. И. Рубиной). М., «Просвещение», 1964.
- Кабалевский Д. Прекрасное пробуждает доброе. М., «Педагогика», 1973.
- Колбановский В. Н. О половом воспитании подрастающего поколения. «Советская педагогика», 1964, № 3.
- Костяшкин Э. Г. Педагогические аспекты полового воспитания: «Советская педагогика», 1964, № 7.
- Кочетков В. Д., Лапик В. М. Женская психология һәм гигиена. Казан, Татарстан китап нәшрияты, 1975.
- Крупская Н. К. Вопросы коммунистического воспитания молодежи. Сб. работ, изд. 2. М., Политиздат, 1966.
- Левитов Н. О любви и уважении к матери. «Семья и школа», 1961, № 5.
- Левшин Л. А. Дайте педагогический совет... М., Политиздат, 1965.
- Макаренко А. С. Сайланма педагогик әсәрләр. Казан, Татарстан китап нәшрияты, 1967.
- Нойберт Р. Вопросы пола (книга для молодежи). М., Медгиз, 1961.

Петер Р., Шебек В., Гыне И. Девушка превращается в женщину. М., Медгиз, 1960.

Пирадова М. Д. Юноша и девушка. М., «Знание», 1965.

Писарева Л. В. Некоторые вопросы воспитания детей. М., Учпедгиз, 1960.

Розанова Е. Завтра будет поздно (заметки о половом воспитании). «Молодой коммунист», 1963, № 1.

Самарин Ю. А. Развитие и воспитание детей в переходном возрасте (стенограмма публичной лекции). Л., 1950.

Свадковский И. Ф. Нравственное воспитание. М., «Педагогика», 1972.

Трутнев И. А. Некоторые вопросы полового воспитания. «Советское здравоохранение», 1964, № 8.

Хатыс-Скижинска Г. Период созревания девушки. М., «Медицина», 1966.

Цеткин К. Из записной книжки. В сб. «Воспоминания о В. И. Ленине», т. 2. М., Госполитиздат, 1957.

Чернова Е. Б. Нравственные основы отношений юноши и девушки. Л., «Знание», 1966.

Чистович А. С., Мискевич Э. Я. Откровенный разговор. Л., 1965.

Чучелов Н. И. О половом воспитании. М., «Медицина», 1964.

Шершнева Е. О. О половом воспитании. «Семья и школа», 1962, № 4.

Шибеева А. Н., Коростелев Н. Б. Медицинские аспекты полового воспитания подрастающего поколения. «Советское здравоохранение», 1964, № 8.

«Эстетическое воспитание в семье». Сб. статей, изд. 2., М., «Искусство», 1966.

Яцкевич Э. О чем хочет знать каждая девушка. М., «Медицина», 1966.

ЭЧТӨЛӨК

Укучыларга	3
I бүлөк	
Кеше үсөшөндө биологик һәм социаль факторлар	4
Акселерация	12
II бүлөк	
Балаларның жөнси житлегүөндө биологик һәм социаль факторлар	20
Жөнөс органнырынның төзөлөшө һәм функцияләре ту- рында кыскача белешмә	31
Жөнси яктан житлегү	41
Жөнси тәрбиядә гигиена мәсьәләләре	49
III бүлөк	
Мәктәпкәчә яшьтәгә һәм кече яшьтәгә мәктәп балаларын тәр- бияләү	75
Кече яшьтәгә мәктәп балалары	77
Балаларның сораулары һәм ата-аналарның жаваплары	80
Балаларда нервлылык	83
IV бүлөк	
Яшүсмерне һәм өлкән яшьтәгә мәктәп балаларын тәрбияләү	90
Кече яшьтәгә яшүсмерләр	90
Яшүсмер	95
V бүлөк	
Уналты яшьтә	115
Дуслыкмы соң бу? Ул-бу була күрмәсен	116
Мәхәббәт хисе тәрбияләү	134
VI бүлөк	
Начар гадәтләр һәм кирәкмәгән йолалар	139
Турпоход	139
Эчертеп агуладылар	141
«Маня + Боба = мәңгелек мәхәббәт...»	145
Тәмәке төтөнө йөзә	148
Нәтижәсе	151
Жөнси тәрбия һәм шул турыда белем бирү	158
Укырга тәкъдим ителә торган әдәбият исемлегө	165

Лидия Анатольевна Богданович,
Антонина Георгиевна Хрипкова,
Ангелина Николаевна Шibaева

**ПРОДОЛЖИМ
РАЗГОВОР
НА ТРУДНУЮ
ТЕМУ**

(на татарском языке)

Редакторы Н. С. Мəжнəтəвə
Художество редакторы Э. Е. Спəднəкəвə

Техник редакторы В. Н. Гəлкнə

Корректоры М. М. Мнрсəлнхəвə

Наборга бирелде 16/IV-1976 ел. Басарга кул
куелды 23/VI-1976 ел. Типография кəгəзе
№ 2, 70×108¹/₃₂. Учетн.-изд. таб. 7.4. Якын-
ча басма таб. 7,35. Тираж 10.000. Заказ
Е-331. Бəясə 21 тнєн.

Татарстан китəп нəшрнəтнє, Кəзəн, Бəу-
мəн ур., 19.

Татарское книжное издательство, Кəзəн,
ул. Бəумəнə, 19.

ТАССР Миннстрлар Советнннң Нəшрнəт,
полнгрəфнə нəм китəп сəудəсə эшлəрє
ндрəсєнєн К. Якуб нсємєндəгє полнгрə-
фнə кəмбннəтнє, Кəзəн, Бəумəн ур., 19.

21 тиен